CODUL CULORILOR

Un nou mod de a te vedea pe tine,
relatiile tale si viata ta

Taylor Hartman, Ph. D.

CUPRINS

Cuvant inainte

Cum as putea sa-l prezint pe acest om? Primele ganduri despre acest om ma duc la gradele si la scrisorile de acreditare profesionala, dar el avea cu mult mai multa experienta in mult mai multe domenii si reusea sa cucereasca inima multor oameni. Iar acele scrisori de acreditare si grade nu-l puteau descrie pe adevaratul Taylor Hartman.

Cand ma gandesc la formarea facuta la Universitate Internationala U.S din San Diego, California, ceea ce imi amintesc era modul de pastrare a obligatiilor fata de familie si fata de comunitate, in ciuda programului incarcat al carierei si educatiei. Taylor s-a bucurat de multa responsabilitate civica si profesionala si totusi ne-a asigurat pe noi ca suntem cei mai importanti oameni din viata lui. El este un iubitor de oameni si a luptat pentru dezvoltarea calitatii vietii. In ciuda carierei lui foarte obositoare de consultant, sustine ca cel mai mare compliment primit vreodata este cel primit de la fata lui de noua ani, care spunea ca el are intotdeauna timp pentru o consultatie privata cu ea. Intrebarea care ma framanta in legatura cu Taylor este: "Cum este sa traiesti cu un om ca el?" Un raspuns plauzibil ar fi ca el "este un om ce pune in practica tot ceea ce spune."

"CODUL CULORILOR" este un dar special de la o persoana speciala.

Aceata carte te ajuta sa descoperi misterele tale, miracolele relatiilor si magia vietii.

Taylor Hartman iti va atinge inima, aceasta carte iti va schimba viata.

Prefata

Se intampla oricui dintre noi ca in relatiile sociale, de afaceri si chiar in cele familiale ne intalnim cu unele persoane despre care ne formam o parere instantaneu-razand in acelasi timp, la aceleasi lucruri, interesati de aceleasi teme probabil din cauza experientei vietii asemanatoare. Apoi intalnim si persoane cu care conversam, inexplicabil, ostil si inconfortabil.

In cartea "Codul culorilor" se grupeaza aspecte variate a personalitatii si comportamentului cu patru categorii de culori: rosu, albastru, alb, galben. In timp ce putini dintre noi apartin complet unei singure culori, aceste categorii reprezinta un ghid folositor pentru tipurile de personalitate. Folosesc codul culorii pentru personalitate deoarece culoarea este deja o metafora stabilita pentru emotii si comportament. Noi vedem rosu cand suntem suparati si ne simtim "albastru"cand suntem tristi. Folosind ghidul culorii pentru personalitate, cititorii vor fi capabili sa vada motivatiile din spatele comportamentului lor si a celor din jur. Vor fi capabili sa-i accepte pe ceilalti pentru ceea ce sunt si, cel mai important, vor invata sa incorporeze culorile vietii.

Introducere

Februarie 14 ,1986

Ambulante si pompieri cu girofare de culoare rosie. Ploua rau in aceea noapte. Eu si sotia mea am iesit in oras de Ziua Indragostitilor. Ea mi-a amintit sa-mi pun centura de siguranta la intoarcere. N-am fost nicicand mai fericit in viata mea. Stiam cine sunt si unde ma duc. Ma simteam implinit in fata vietii si capabil sa-mi ajut familia, prietenii. Cu trei luni inainte noi ne mutasem la tara. Era casa visurilor noastre din Sudul Californiei. Copiii nostri erau fericiti si sanatosi. Sotia mea a decorat casa in mod creativ si si-a facut noi prieteni. Douazeci si cinci de minute mai tarziu stateam inconstient in bratele sotiei mele in timp ce pompierii indepartau usa masinii cu un foarte mare efort pentru a ne elibera si a ne transporta la spital. Nu stiam nimic despre mine si despre nimeni. Nu m-am bucurat mult de securitatea identitatii mele. Singura dovada de care eram sigur ca eram in viata, erau durerile de cap. Timp de saptamani intregi m-am chinuit sa ma regasesc. Ma sinteam furios si inutil. Au fost rupte toate relatiile emotionale atat cu sotia mea cat si cu cei din memorie. Am pierdut primul si cel mai mare dar al vietii, am pierdut sensul de a fi "eu". Pentru prima data in viata mi-am dat seama ce important e sa fii cineva, sa te simti intr-adevar unic si in viata. In mod disperat aveam nevoie de sensul identitatii.

Ma simteam disperat si pierdut, fara personalitatea mea. In saptamanile si lunile care treceau pe langa mine am inceput sa-mi reamintesc unele persoane din memorie, numeroase numere de telefon de la oamenii care m-au ajutat sa-mi amintesc caldura prieteniei noastre. Lacrimi imi vin in ochi de multe ori cand realizez ca nu puteam sa-mi imbratisez sotia "albastru" (trista) si sa simt dragostea ei. Sunetele copiilor mei incepusera sa-mi trezeasca din nou amintiri: cat de norocos eram ca eram in viata ca sa-i privesc cum cresc. Inca o data am inceput sa-i vad cat de unice erau personalitatile lor. Cea mai mare fata a mea , "rosie", Terra, care s-a mutat singura, a cerut ca eu sa o recontactez in timpul verii, "alb" a asteptat si a privit linistita reintoarcerea mea, fata mea "galbena", Mikelle, m-a imbratisat, mi-a spus ca ma iubeste si s-a dus afara sa se joace. Mica mea "rosie", in varsta de trei ani, BreAnne, si-a continuat joaca independent, indiferenta la confuzia tatalui sau, identitatea mi-a fost returnata si cu noul id mi-a revenit pofta sa traiesc din nou. Actualmente, identitatea nu este noua, eu m-am gasit pe mine dupa atatea luni de depresie, mirare si o pierdere de memorie severa. Ma simteam nou.

Am inceput sa rad si sa-mi ironizez prietenii. Am inceput sa ma simt confortabil cu viata, mai mult decat un vizitator care sta mai mult intr-o casa. Am inceput sa ma simt parte din familie. M-au convins scopurile incredibile ale personalitatii noastre in timpul vietii. Mi-a adus aminte de puterea si limita caracterului. Sunt mult mai sensibil astazi decat inainte de accident. Atunci eram prea ocupat sa ma joc, sa fac lucruri pe care le placeam in slujba mea, nu aveam timp sa-mi sun pacientii, sa creez strategii de echipe cu clientii si sa livrez discursuri incitante. Acum am timp sa merg la pranz cu prietenii si sa rad pana trebuie sa plecam. Acum am timp sa-i sun pe prietenii mei in timpul zilei doar ca sa le zic ca-i iubesc. Acum am timp sa joc basseball cu copiii mei, acum am timp sa traiesc si sa iubesc. Aceasta apropiere de moarte mi-a improspatat perspectiva despre viata.

Tu, ca cititor, nu trebuie sa experimentezi un accident serios ca sa-ti descoperi propria identitate, cu un profil structurat cu mare grija.

Fiecare personalitate cu puterea si limitele sale vor fi explicate complet.

Ti se vor oferi sugestii cum sa-ti dezvolti caracterul si personalitatea pentru a fi cel mai bun, tu insuti. Relatiile dintre stilurile personalitatii vor fi de asemenea discutate. Vei fi ghidat cum sa-ti dezvolti diferite relatii la munca, acasa si cu prietenii. Noi toti avem o personalitate si un caracter, ce nu este determinat la nasterea noastra, asa ca, din pacate, multi oameni imbatranesc mai mult decat sa creasca. Aceasta este o oportunitate sa intelegi diferenta. Este dorinta mea ca aceasta carte, ghidul culorilor, sa fie ghidul dumneavoastra spre intelegerea si aprecierea tipurilor de personalitate.

Capitolul 1

ELEMENTELE PERSONALITATII

"Fiecare femeie care a dat nastere
La mai mult de un copil
Iti va spune ca fiecare vine
Cu o personalitate unica la nastere."

Personalitatea este innascuta.

Fiecare copil este nascut cu un set unic de trairi ale personalitatii. Intrebati orice femeie care a dat nastere la mai mult de un copil si ea va fi de accord ca fiecare din copiii ei arata diferite note de comportament.

Unii psihologi teoretizeaza personalitatea copilului ca fiind incomplet formata pana la varsta de cinci ani, altii merg mai departe, spunand ca personalitatea se dezvolta incet in timpul vietii, in procesul de descoperire si de maturizare. Eu nu sunt de acord. Eu cred ca atunci cand unul dintre colegii mei foloseste cuvantul "personalitate" se refera la istoria personala. Eu cred ca fiecare personalitate este completa ca si conceptie si vine din sufletul fiecarui copil. Este un cadou continuu cu trairi genetic variate, la fel ca si culoarea parului si grupa sanguina. Personalitatea nu este schimbata de mediu. Stiinta nu a descoperit inca toti factorii care determina machiajul nostru prenatal.

"Personalitatea noastra este o
Esenta solida de retrairi
Reflectand esenta unica
A particularitatii omului."

Personalitatea este esenta solida a trairilor, reflectand esenta unica a particularitatii umane. Sociologii, pentru a explica personalitatea in termeni genetici sau din punct de vedere al influentei mediului au limitat intotdeauna intelegerile noastre la adevarata natura a personalitatii noastre. Personalitatea nu este neagra si alba.

Putem intelege personalitatea si pe noi insine numai prin deschiderea ochilor spre o noua viziune a intelegerii. Chiar de la inceputul timpurilor, oamenii au incercat sa invete ceea ce ii face sa se miste. Sugestiile au aratat ca oamenii aveau o putere unica si limitata din cauza influentei zeitatilor. Astrologii au descoperit douasprezece semne ale zodiacului ca o determinare a factorilor de personalitate substituind puterea planetelor cu puterea zeilor. Traditiile chineze au asociat personalitatea cu anul nasterii copilului. Mai tarziu teoreticienii s-au intors la mediul inconjurator pentru a explica diferentele personale. Ei au categorisit personalitatile in concordanta cu patru aspecte dominante ale naturii: pamant, aer, foc si apa. Aceasta teorie a elementelor ne asigura noua un start interesant de la care noi sa intelegem personalitatea. Este simplu, este memorabil si este "rotit intr-un pamant istoric fertil."

"Personalitatea nu este neagra si alba.
Personalitatea este un caleidoscop."

Personaliatea este o interpretare a vietii

Unii oameni vad lumea prin ochelari colorati in rosu, altii o vad prin ochelari negri, dar nu putem incerca personalitatile asa cum incercam ochelarii. Personalitatea se determina usor cand esti suparat, ingrijorat sau liber, cand esti pasiv sau asertiv.

Personalitatea este mai mult decat o atitudine, este ceea ce noi numim cauza actului de ''a reactiona''.

Personalitatea este cheia modului de a reactiona la o situatie sau alta.

Personalitatea este un cod al comportamentului.

Personalitatea este esenta gandurilor si sentimentelor care-ti spun cum sa te conduci. Este o lista de raspunsuri bazate pe valori sustinute puternic si crezute. Personalitatea iti directioneaza emotiile la fel ca si ratiunea, la fiecare experienta de viata, determina chiar si ce fel de tip de reactie emotionala sau cerebrala ai. Personalitatea este un proces activ in care inima si mintea dicteaza fiecarui om cum sa se simta, cum sa se comporte si cum sa gandeasca.

"Niciodata nu-ti poti schimba esenta culorii
Invata sa-ti alimentezi puterea
Sa-ti cunosti limitele.
Probabil cea mai mare strategie unama dintre toate
Este privirea abandonului propriei personalitati
Si simplu inlaturarea inlaturarea proprie
Dincolo de marginile drumului vietii."

Personalitatea ta are grija si te protejeaza ca un parinte. Fara trairi clare de personalitate care sa-ti marcheze viata, noi am fi pierduti. Este ceea ce te face diferit de ceilalti si deci rigid si destul de rezistent la schimbari. Personalitatea te protejeaza, te accepta si este mult mai flexibila cu altii. Personalitatea puncteza fiecaruia dintre noi directii particulare si ne face sa ne simtim inconfortabil atunci cand deviem de la ea. In momentul in care noi stam in afara drumului vietii ne simtim dezorientati.

Cand incercam sa negam sau sa explicam unele procese neobisnuite ne simtim emotionati si simtim o vaga idee de teama ca suferim o durere sufleteasca pe care noi nu o putem intelege, ne simtim confuzi de incapabilitatea de a ne da seama de comportamentul nostru irational.

"Eu cred ca viata este cea mai distractiva calatorie dintre toate
Poate fi cea mai buna calatorie decat ai visat creodata
Daca stii unde ai fost si unde esti."

Pentru fiecare dintre noi inima personalitatii noastre este vitala in explicarea noastra. Fiecare dintre noi are nevoie de un cod al comportamentului personal si, daca nu ne intelegem suficient pentru a ne stapani unele reactii, atunci niciodata nu vom creste sanatosi si fericiti.

Personalitatea este un mister

Din pacate doar putini dintre noi cunosc motivatia felului de a gandi si de a actiona - probabil niciunul dintre noi nu cunoaste raspunsul complet. Totusi putem incerca. Pentru majoritatea oamenilor, propria personalitate este cel mai mare mister dintre toate. Ei sunt foarte frustrati atunci cand nu inteleg baza actiunilor si reactiilor lor. Incercand sa intelegem personalitatea noastra, singura cale este de a creste pas cu pas acumuland destule cunostiinte despre noi si incepand sa detinem controlul asupra vietii

noastre. Cunoasterea este putere. Cunostiintele pe care le vei acumula din aceasta carte, iti vor da puterea de a-ti schimba comportamentul, daca alegi sa intelegi comportamentul celorlalti.

Personalitatea este un curcubeu

Cu mii de ani in urma, cand elementele cunoscute erau doar pamantul, cerul, focul si apa, existau patru tipuri de personalitate diferite. In aceasta carte voi imprumuta si voi extinde metafora antica. In "Ghidul culorilor ", Focul devine culoarea rosie, Albastrul reflecta Pamantul, Albul reprezinta Apa iar Aerul este reprezentat de Galben. Fiecare dintre aceste culori are un set de trairi, puteri si limite, dar nu departe de aceste limite ele explica si personalitati individuale. Aceste culori simbolizeaza claritatea diferentelor dintre oameni, dar si a relatiilor dintre ei.

Pamantul fara apa este dezolant si nu ar exista foc fara aer. Simbolic, fiecare personalitate se poate defini cel mai bine prin relatiile cu celelalte personalitati.

Ar trebui sa intelegem ca aceste culori se potrivesc si chiar se identifica foarte bine cu cele patru tipuri de personalitate, regasite in fiecare cultura din lume, in fiecare religie, rasa si sex.

Aceasta influenteaza fiecare actiune si reactie, desigur fiecare personalitate isi dezvolta puterea dar si slabiciunea unica. Fara variatii si exceptii, putem identifica in mod clar tipul de personalitate particular, fiecare dintre noi ar putea sa-si gaseasca culoarea personala, sa-i invete caracteristicile, sa invete cum sa-i accentueze puterea si sa lucreze cu limitele ei. Astfel noi am putea fi mai bine pregatiti pentru a intelege problemele din viata de zi cu zi.

Capitolul 2

PROFILUL DE PERSONALITATE HARTMAN

De vreme ce personalitatea ta este innascuta
si vine odata cu tine la nastere,
raspunde fiecarei intrebari posibile
din amintirile tale cele mai vechi.

Este timpul sa descoperi propriul tip de personalitate, propria ta „culoare”. Poate ca vei descoperi lucruri de care nu erai constient, sau vei intelege de ce ai anumite tendinte sau reactii pe care niciodata nu le-ai putut intelege. In timp, probabil vei putea sa identifici la fel de bine culorile altor oameni. Aceasta te va ajuta sa ii intelegi mai bine si vei avea astfel mai multe relatii, mai multi prieteni.

Este putin probabil ca tu sa fii 100% Rosu, Albastru, Alb sau Galben. Natura nu este atat de simpla. De fapt, chiar si acei indivizi cu o afinitate foarte puternica pentru o anume culoare vor avea urme ale celorlalte trei culori. Cand rezultatele testului vor indica scoruri mari in mai mult de o culoare - practic, atunci cand doua culori au scoruri aproape egale -, la inceput ti se va parea dificil sa o identifici pe cea mai puternica. Nu-ti face griji. Pe masura ce vei citi mai departe, motivatiile si caracteristicile fiecarui tip de personalitate vor deveni clare si vei avea din ce in ce mai putine probleme in determinarea culorii primare (principale).

Pe masura ce iti vei cauta adevarata identitate vei incepe sa te vezi diferit - si cu mai multa acuratete. Vei deveni constient de punctele tale tari. Si astfel, suspiciunile „negre” despre tine pot fi verificate, te vei simti bine stiind ca nu esti singur: toti avem in balanta personalitatii si puncte slabe si puncte puternice. Nu fii descurajat de nici o slabiciune pe care o ai. In ultimul capitol al cartii te voi invata cum sa transformi limitele in castiguri.

Cand vei face Profilul de Personalitate Hartman fii cat mai sincer cu putinta. Nu are nici un rost sa te minti singur despre cine esti cu adevarat. Nesinceritatea nu va face decat sa limiteze cunostintele tale despre tine si sa-ti incurce relatiile cu ceilalti.

Ai aici cateva sugestii care te vor ajuta in completarea profilului:

1. Daca nu este specificat altceva, raspunde fiecarei intrebari din cea mai veche amintire pe care o ai de cand erai copil. De vreme ce personalitate e innascuta si vine odata cu sufletul, aceasta va oferi o perspectiva mai fina despre cum te-ai nascut versus ceea ce ai devenit.
2. In primul rand marcheaza alegerile care ti se par mai usoare. Treci peste cele pe care le consideri dificile, dar intorce-te la ele mai tarziu.
3. Nu ezita sa-i intrebi pe ceilalti pentru a avea feed-back - mai ales pe cei care nu sunt de acord cu tine. Opiniile lor te pot ajuta sa cantaresti calitatile proprii.
4. Straduieste-te sa alegi raspunsurile care sunt de cele mai multe ori tipice pentru gandurile si/sau actiunile tale. Subconstient, s-ar putea sa vrei sa eviti identificarea - sau confruntarea - cu adevaratul EU, dar alunga acest gand. Recompensele posibile pentru onestitate sunt prea mari.
   Acum, bucura-te de profil. Esti pe cale sa determini care este culoarea ta cu adevarat.
5. Unii vor incerca sa caute cai de a „bate” profilul si sa caute de fapt paternuri pentru a interpreta profilul. Altii pot percepe designul profilului ca fiind supersimplificant. Sper ca nu va veti lasati pacaliti de acestea. Profilul a fost folosit cu succes pe sute de mii de persoane, timp de peste zece ani pentru a produce revelatii sigure. Rezultatele mi-au intarit increderea ca onestitatea ta si simplitatea profilului sunt o echipa greu de batut.

PROFILUL DE PERSONALITATE HARTMAN

Indicatii: Marcheaza cu un X cuvantul sau fraza care descrie cel mai bine cum esti in cea mai mare parte a timpului. Alege un singur raspuns din fiecare grup. Dupa terminarea celor 30 de intrebari, totalizeaza scorul pentru fiecare litera.

Calitatile si limitele personalitatii

1. a) – voluntar
   b) – mângâietor
   c) – inventiv
   d) – prietenos şi încrezător

2. a) – orientat spre putere
   b) – perfecționist
   c) – nehotărât
   d) - egoist

3. a) – dominant
   b) - înțelegător
   c) – tolerant
   d) – entuziast

4. a) – independent
   b) – suspicios
   c) – nesigur
   d) – naiv

5. a) – hotărât
   b) – loial
   c) – mulțumit
   d) – jucăuş

6. a) – arogant
   b) – grijuliu
   c) – încăpățânat şi tăcut
   d) – capricios

7. a) – agresiv
   b) – de încredere
   c) – amabil
   d) – sociabil

8. a) – autoritar
   b) – autocritic
   c) – îndărătnic
   d) – tachinator

9. a) – orientat spre acțiune
   b) – analitic
   c) – comod
   d) – nepăsător

10. a) – critic față de ceilalți
    b) – exagerat de sensibil
    c) – timid
    d) – antipatic

11. a) - ferm
    b) – tipicar
    c) – bun ascultător
    d) – petrecăreț

12. a) – pretențios
    b) – neiertător
    c) – nemotivat
    d) – îngâmfat

13. a) – responsabil
    b) – idealist
    c) – atent
    d) – vesel

14. a) – nerăbdător
    b) – capricios
    c) – pasiv
    d) – impulsiv

15. a) – cu voință puternică
    b) – respectuos
    c) – răbdător
    d) - pus pe şotii

16. a) – certăreț
    b) – nerealist
    c) – dezorientat
    d) – intervine neîntrebat

17. a) - independent
    b) - de încredere
    c) – instabil
    d) – încrezător

18. a)- agresiv
    b)- adesea depresiv
    c)- ambivalent
    d) – iertător

19. a) – puternic
    b) – chibzuit
    c) – blând
    d) – optimist

20. a) – insensibil
    b) – rațional
    c) – plictisitor
    d) – nedisciplinat

21. a) – logic
    b) – emotiv
    c) – agreabil
    d) – popular

22. a) – gata întotdeauna
    b) – cu sentimentul vinovăției
    c) – neentuziast
    d) –nu-şi asumă obligațiile

23. a) – pragmatic
    b) – manierat
    c) – tolerant
    d) – spontan

24. a) – fără milă
    b) – gânditor
    c) – deschis
    d) – încrezut

25. a) – orientat spre datorie
    b) – sincer
    c) – diplomat
    d) – vioi

26. a) – lipsit de tact
    b) – greu de mulțumit
    c) – leneş
    d) – neorganizat

27. a) – direct
    b) – creativ
    c) – adaptabil
    d) – un performer

28. a) – calculat
    b) – mulțumit de sine
    c) – nemulțumit de sine
    d) – neorganizat

29. a) – încrezător
    b) - disciplinat
    c) – plăcut
    d) – charismatic

30. a) – intimidant
    b) – grijuliu
    c) – neproductiv
    d) – se teme să înfrunte realitatea

Totalul calitatilor si limitelor

_____ Total a _____ Total b ______ Total c ______ Total d

Introduceti totalurile dvs in spatiile corespunzatoare. Hai sa vedem acum daca raspunzi si la urmatoarele situatii la fel cum ai raspuns la grupurile de cuvinte descriptive. Inca o data, alege doar un singur raspuns si scrie totalul pentru fiecare litera la sfarsitul sectiunii.

Situatii

31. Daca eu candidez pentru un post, un angajator ar trebui sa ma angajeze in primul rand pentru ca sunt:
    a. ambițios, direct şi de încredere.
    b. chibzuit, exact si de nădejde.

c. răbdător, adaptabil si cu tact.
d. pus pe şotii, spiritual şi calm.

32. Cand ma implic intr-o relatie intima, daca ma simt amenintat de partener:
a. Raspund cu aceeasi moneda, cu fapte si furie.
b. Plang, ma simt ranit si planuiesc razbunarea.
c. Devin tacut, ma retrag si de cele mai multe ori tin in mine furia pana explodez de la un fapt banal mai tarziu.
d. Ma distantez si evit un conflict viitor.

33. Pentru mine viata are mai mult sens cand:
a. Este orientata spre un scop si este productiva.
b. Este plina de oameni si de scopuri.
c. Este fara stresuri si fara presiuni.
d. Imi permite sa fiu jucaus, optimist si cu sufletul usor.

34. Ca si copil am fost:
a. Incapatanat, stralucitor si/sau agresiv.
b. Bine crescut, grijuliu si/sau depresiv.
c. Tacut, placut si/sau timid.
d. Prea vorbaret, fericit si/sau jucaus.

35. Adult fiind, sunt:
a. voluntar, ferm, şi/sau autoritar.
b. responsabil, cinstit, şi/sau neiertător.
c. tolerant, mulţumit şi/sau motivat.
d. charismatic, pozitiv şi/sau antipatic

36. Ca parinte, sunt:
a. Autoritar, ma enervez usor si/sau nu fac compromisuri.
b. Ingrijorat, sensibil si/sau critic.
c. Permisiv, usor de pacalit si/sau deseori depasit de situatie.
d. Jucaus, nepasator si/sau iresponsabil.

37. Intr-o cearta cu un prieten, de cele mai multe ori :
a. Imi sustin cu incapatanare vorbele cu fapte.
b. Sunt preocupat de sentimentele si principiile celorlalti.
c. Sunt incremenit in tacere, ma simt prost si/sau confuz.
d. Sunt zgomotos, ma simt prost si/sau fac un compromis.

38. Daca am un prieten in necaz, sunt:
a. Protector, plin de resurse si recomand solutii.
b. Ingrijorat, empatic si loial indiferent de problema.
c. Saritor, rabdator si un bun ascultator.
d. Optimist, nu emit judecati si minimalizez importanta problemei.

39. Cand am de luat o decizie, sunt:
a. Insistent, articulat si logic.
b. Precis, precaut si judec problema pe toate fetele.
c. Indecis, timid si sovaielnic.
d. Impulsiv, neangajat si inconstant.

40. Cand gresesc, ma simt:
    a. Autocritic in interior, dar incapatanat verbal si defensiv.
    b. Vinovat, autocritic si vulnerabil la depresie –starui asupra esecului, îl analizez.
    c. Nelinistit si plin de frica, dar tin totul pentru mine.
    d. Jenat si nervos – caut sa scap de situatie.

41. Daca cineva ma inseala:
    a. Sunt suparat si planuiesc cu viclenie cai de a i-o plati.
    b. Ma simt ranit adanc si nu pot uita niciodata complet. In general nu-i de-ajuns doar sa i-o platesc.
    c. Sufar in tacere si planuiesc sa i-o platesc sau/si sa evit total acea persoana.
    d. Vreau sa evit confruntarea, nu consider situatia destul de importanta ca sa ma supar si/sau caut alti prieteni.

42. Munca este:
    a. Cel mai productiv mod de a-si petrece cineva timpul.
    b. O activitate sanatoasa care ar trebui facuta bine, daca tot o faci. Munca ar trebui facuta inainte de a te juca.
    c. O activitate pozitiva atat timp cat iti place si nu te simti presat s-o indeplinesti.
    d. Un rau necesar, mult mai putin importanta decat joaca.

43. In situatii sociale, sunt mai degraba:
    a. Temut de ceilalti.
    b. Admirat de ceilalti.
    c. Protejat de ceilalti.
    d. Invidiat de ceilalti.

44. Intr-o relatie, sunt mai preocupat sa fiu:
    a. Inteles bine si aprobat.
    b. Inteles, apreciat si apropiat.
    c. Respectat, vazut ca tolerant si impaciuitor.
    d. Laudat, sa ma distrez si sa ma simt liber.

45. Pentru a ma simti viu si pozitiv, caut:
    a. Aventura, sa fiu sef si sa am multa actiune.
    b. Securitate, creativitate si sens.
    c. Acceptare si siguranta.
    d. Bucurie, noi moduri de a ma juca si compania altora.

Totalurile Situatiilor:

_____ Total a   _____ Total b   ______ Total c   ______ Total d

Acum adunati totalurile obtinute la intrebarile 1-30 cu totalurile obtinute la intrebarile 31-45 pentru a obtine un total general. Cele patru tipuri de culori corespunzatoare personalitatilor sunt stabilite pentru fiecare litera astfel: **Rosu** pentru **a**, **Albastru** pentru **b**, **Alb** pentru **c** si **Galben** pentru **d**.

Total general

Roşu (a)_____ Albastru (b)_____ Alb (c)_____ Galben (d)____

Interpretarea scorurilor

Litera cu totalul cel mai mare reflecta personalitatea ta naturala. Numarul de raspunsuri din mai multe coloane sugereaza insemnatatea amestecului pe care-l reprezinta personalitatea ta. Ai o singura personalitate de baza, dar poti fi un amestec puternic (comportamental) a doua personalitati, depinde de raspunsurile tale. Oricum, motivatia (nu comportamentul) determina personalitatea primara (vom vedea in Capitolul 3).

Daca totalurile de la sectiunea de alegere de cuvinte nu concorda cu totalurile de la sectiunea de situatii, vei gasi lamuriri in capitolele urmatoare despre multele culori si motivele lor.

O noua identitate

Cum te simti acum ca ai o noua identitate si ca esti membru al unui grup de elita, oameni cu aceeasi culoare? Desigur, esti unic, dar este o legatura puternica de similaritate intre tine si oricine impartaseste caracteristicile distincte ale culorii tale.

Trebuie sa te gandesti la acest profil de culoare ca la un ghid, nu ca la ceva batut in cuie. Foarte putini oameni sunt complet reprezentati doar de o singura culoare. Culoarea reflecta doar personalitatea primara, dar, ca si majoritatea oamenilor, esti probabil un amestec de tipuri. Gradul in care ai ales anumite raspunsuri mai degraba decat pe altele indica ce culoare te reprezinta. Esti, oricum, intotdeauna predominant o culoare, o personalitate. Chiar daca scorul tau e un mister acum, dupa ce vei fi studiat intreaga carte vei putea sa iti intregesti culoare primara.

Un prim rezultat al faptului ca ti-ai aplicat Profilul de Personalitate Hartman este ca ai descoperit primul adevar important despre tine. Esti fie un „pur” (predominant o singura culoare, totalizand 30 sau mai multe raspunsuri la o singura litera), fie o „personalitate mixta” (doua sau mai multe culori care au aproape acelasi total).

Deodata ai o noua identitate – poate una sperata. Nu tu ai ales-o, nu ai studiat pentru ea, nu ai achizitionat-o printr-un efort constient. Nici parintii nu pot fi facuti raspunzatori pentru ea. Personalitatea ta este unica si te reprezinta.

Fa ceea ce-ti vine natural sa faci.
Este cel mai drept drum spre
Pacea interioara.

Culorile secundare

In timp ce „purii” se regasesc cu usurinta in exemplele care reflecta culoarea principala, indivizii care au puternice culori secundare nu o fac. Acestia sunt mai complexi. Caracteristicile lor motivationale si comportamentale sunt mai greu de identificat. Odata ce ai revazut fiecare dintre culori, Capitolul 9 va intra mai adanc in culorile secundare. Acum as vrea sa va ofer o scurta introducere despre cele mai comune amestecuri de personalitate.

Cea mai dificila combinatie de culori pe care o poate avea un individ este Rosu si Albastru. Daca esti puternic in ambele categorii, adesea te vei trezi calcand pe cineva pe bataturi pentru a rezolva o problema (Rosu), dar te vei simti vinovat imediat pentru ca ai facut acea persoana sa sufere (Albastru). Capitolul 3, despre motive, te va ajuta sa intelegi lupta ta continua dintre a cauta puterea si a cauta intimitatea intr-o relatie.

Combinatia Rosu-Alb este dificil de citit pentru ca oamenii pot fi agresivi si determinati un minut (Rosu), pentru ca imediat sa fie tacuti si pasivi (Alb). Daca te potrivesti acestei categorii, motivatia ta este puterea sau pacea mai degraba decat intimitatea, care te scuteste de lupta intensa a

combinatiei Rosu-Albastru. Mai degraba esti prost inteles de ceilalti, pentru ca ai un comportament imprevizibil si nu le permiti celorlalti sa te citeasca cu usurinta.

Daca esti Rosu-Galben, esti un lider natural si ai o combinatie confortabila. Rosul iti directioneaza viata cu dinamism, in timp ce charisma lui Galben invita oamenii sa-ti caute prietenia.

Daca esti o combinatie de Albastru-Alb, te simti confortabil. Te exprimi sincer si cu tact. Oamenii te vad determinat, dar flexibil. Esti un om cu care aproape oricine se poate intelege.

Albastru-Galben este distractiv si tachinant. Il denumesc personalitatile mele duale, pentru ca pot sa fie distractivi si fara griji, pentru ca in clipa urmatoare sa devina brusc serios. Ei pot baga copiii vecinilor in masina intr-o zi pentru a pleca intr-o cursa nebuna la plaja pentru o baie de soare si pentru distractie. Odata ajunsi insa, incep sa se ingrijoreze despre lucrurile pe care ar fi putut sa le faca daca stateau acasa.

Daca ai combinatia de culori Alb si Galben, ai cele mai bune indemanari dintre toate tipurile de personalitate. Esti relaxat si alegi de obicei drumul rezistentei celei mai mici. Nu ai un conflict puternic intre culori, in ciuda motivatiilor reprezentate de fiecare. Te simti bine cu combinatia ta si imprastii o atmosfera care invita pe toti in jurul tau.

Si totusi, indiferent cine esti, esti condus de o personalitate de baza. Trebuie sa-ti gasesti motivatia interioara, chiar daca este ascunsa de un amestec de doua sau mai multe culori. Toti oamenii au o singura culoare primara, de aceea este esential sa-ti determini culoarea de baza. O persoana cu un singur ceas stie cat e ceasul, dar o persoana cu mai multe ceasuri niciodata nu e sigura de cat e ceasul.

Vei gasi indicii despre personalitatea ta primara –indiferent de amestecul pe care il ai- in urmatoarele capitole despre motivatii. Pe masura ce citesti, aminteste-ti ca trebuie sa acorzi respect calitatilor personalitatii tale naturale. Fa ce vine in mod natural. Acesta este cel mai drept drum catre pacea ta interioara.

Acum sa continuam – ca Rosu, Albastru, Alb si Galben. Vom incepe prin identificarea si explorarea nevoilor, dorintelor si motivelor fiecarei culori in curcubeul complex si fascinant de personalitati.

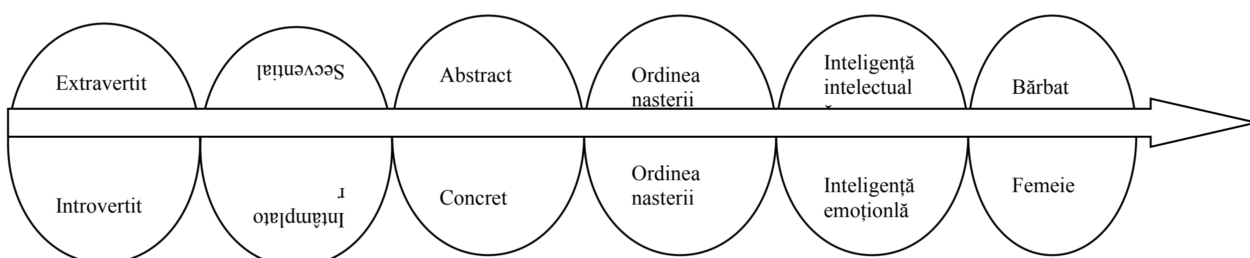
Date demografice si personalitatea

Fiecare grup de persoane ofera date demografice diferite in functie de numarul de Rosii, Albastri, Albi sau Galbeni care-l compun. Firmele de vanzari au mai multi oameni Rosu si Galben, in timp ce departamentele financiare au mai multi Albastru si Alb. La modul general, datele sugereaza ca 35% din oameni sunt Albastru, 25% Rosu, 20% Alb si 20% Galben. In timp ce identitatea sexuala si diversitatea culturala modifica aparenta unei majoritati mari decat a oricarei alte culori, adevarul este ca, nativ, sunt mai multe femei Rosu decat barbati Rosu , dar societatea face in asa fel incat sa para ca exista mai multi barbati Rosu si femei Albastru. Multe tari incurajeaza diferentele dintre culori prin tendintele culturale, dar, la nivel individual, statistica generala ramane aceeasi in toata lumea.

Filtre de personalitate

Sunt adesea întrebat ce rol au alți factori în determinarea personalității de bază. La fel de des lumea se întreabă cum de pot să încadrez pe toată lumea în doar patru personalități de bază. Înainte de a ajunge la punctul esențial al lucrării mele am să-ți pun câteva întrebări importante.

Nimic nu exista in vid. De vreme ce personalitatea este factorul cheie in a determina cum o persoana va face fata vietii, aceasta este clar influentata de o multitudine de alti factori semnificanti.



Multi factori influenteaza personalitatea noastra. Insa, privind in perspectiva, este mai important sa identificam miezul care ne impulsioneaza, ne calauzeste motivele, mai mult decat orice alt factor. Odata ce este identificat cu acuratete, incepem sa apreciem cum alte influente lovesc in miezul motivelor noastre. Aceasta de asemenea spune multe despre cum pot categoriza masele in numai patru grupe de personalitate primara.

Nu exista doi oameni perfect asemanatori. Cu toate acestea, va garantez ca fiecare personalitate Galben este condusa de acelasi motiv intern, care este distractia. Aceasta este magia codului culorilor. De exemplu, unul din cei mai buni prieteni de-ai mei e un Galben. Noi impartasim multe atitudini similare drept multumire personalitatii noastre comune. Cu toate acestea, el este un introvert care isi trage energia din interiorul sau. Prefera sa calareasca singur, in timp ce eu sunt un extravert si-mi iau energia de la altii – eu prefer interactiunea cu cat mai multe persoane.

Provin dintr-o familie cu sapte copii, dintre care trei au personalitate Galben. Am o sora si cel mai mic frate Galben si eu sunt un copil de la mijloc. In vreme ce ordinea nasterii si genul ne influenteaza cu certitudine, creeaza diferente in personalitatea noastra, toti impartasim acelasi motor intern, care este distractia.

Fata omului, cu numarul ei limitat de variante (ex. ochii, nasul, barbia, urechile, parul) niciodata nu va produce exact aceeasi infatisare. Acelasi lucru e valabil si la personalitate. Limitata la patru motive calauzitoare, nu exista doi oameni care sa fie identici datorita numeroaselor filtre de personalitate.

Filtrele sunt:

- extraversie / introversie
- aleator / secvential
- abstract / concret
- ordinea nasterii (in familiile cu mai multi copii)
- inteligenta intelectuala / inteligenta emotionala
- masculin / feminin

Capitolul 3

MOTIVATIILE CODULUI CULORILOR

Invata sa vorbesti fluent
Patru limbi straine!

Tocmai ati completat un profil care v-a relevat culoarea proprie de personalitate. Profilul implica multe *comportamente*. Comportamentele sunt determinate de *nevoi* si *dorinte*. De exemplu, daca un Rosu **are nevoie** sa fie drept, comportamentul lui este mai curand acela de a avea pareri. Si daca un Rosu **vrea** sa fie intr-o pozitie de lider, comportamentul lui este mai degraba asertiv si/sau autoritar (nevoi si dorinte!).

Asa cum comportamentul este dictat de nevoi si dorinte, nevoile si dorintele sunt determinate de motive. Motivele sunt directiile noastre cele mai adanci. Ele explica de ce ne purtam si gandim asa cum o facem. Ele sunt fortele conducatoare din spatele personalitatii noastre. Motivele sunt pentru personalitatea noastra ce sunt motoarele pentru masini.

Motivele sunt principala cale de identificare a culorii personalitatii.

Fiecare culoare are o motivatie unica si puternica. Pentru Rosu e puterea. Pentru Albastru, intimitatea. Pentru Alb e pacea. Pentru Galben e distractia.

Imi amintesc de un pacient barbat, Alb. (Amintiti-va, „Alb" este culoarea personalitatii, nu neaparat culoarea pielii. Cand e vorba de culoarea pielii, toti ar trebui sa nu facem deosebiri.) Timp de 5 ani, acest pacient a avut o relatie cu o femeie pe care o iubea, in timp ce era intepenit intr-o casatorie bazata numai pe obligatii sociale si presiuni. Nu exista nici dragoste, nici prietenie in acest mariaj. Multi alti barbati ar fi divortat si ar fi plecat cu femeia pe care o iubeau. Dar acest barbat, personalitate Alb, avea pacea ca motiv primar. El nu vroia sa faca valuri. El nu putea – sau nu vroia - sa se confrunte cu sotia sa. Avea destule motive ca sa se simta bine in interior si o confruntare ar fi fost dureroasa. A ales sa multumeasca si persoana sa (avand o relatie) si pe altii (stand casatorit cu sotia). In acel moment, motivele, nevoile si dorintele erau impinse de el in directii diferite. Nu este deloc surprinzator ca a folosit un patern comportamental nesanatos. Era nefericit si-i facea si pe cei din jur nefericiti.

Motivele, nevoile si dorintele nu sunt nici bune, nici rele. Sunt neutre. Devin sanatoase sau nesanatoase, in functie de cat de legate sunt de adevar.

Motivul pacii de la Alb poate fi sanatos daca nu sufera nici o persoana implicata. In cazul barbatului de mai sus, motivul Alb al pacii era egoist. Incapacitatea sa de a fi cinstit cu sotia si de a accepta consecintele comportamentului sau a tinut-o sa nu-si gaseasca si ea pe cineva care sa o iubeasca. A tinut-o pe prietena sa sa guste din plin frumusetea unei relatii deschise si calde. Si l-a impiedicat pe el sa-si dezvolte caracterul si sa-si urmeze nevoile si dorintele intr-un mod pozitiv. Motivul sau – pacea, era neutru dar actiunile sale erau nesanatoase, egoiste si necinstite. A facut o mizerie din viata lui si din toate vietile implicate in a sa.

Povestea pacientului meu Alb a avut un sfarsit fericit. A invatat sa-si dezvolte caracterul si sa-si curete motivele. A prins destul curaj cat sa fie cinstit cu sotia. S-a mutat intr-un apartament – lucru care era dificil si inconfortabil, mai ales pentru o persoana Alb, care iubeste asa de mult confortul - si a ramas singur pana a ales cu care femeie vrea sa traiasca. In cele din urma a ales-o pe prietena sa. Pe cat de dificil a fost acest proces, pe atat de implinita i-a fost viata dupa aceea. Aceasta decizie a fost primul pas spre acordarea motivelor proprii cu realitatile vietii.

Acest barbat a atins succesul indiferent de culoarea personalitatii sale. Si-a examinat motivele, a realizat cum le folosea intr-o maniera nesanatoasa si le-a pus apoi intr-o perspectiva noua, sanatoasa si pozitiva. Fiind Alb, avea in continuare nevoie de pace, dar a recunoscut ca nu poti gasi pacea adevarata decat dupa ce te confrunti cu adevarul privind comportamentul tau. Confruntandu-se cu adevarul, si-a infruntat limitele personalitatii sale innascute (pasivitate, indecizie, si nevoia de a evita

confruntarile cu orice pret), si a dezvoltat o directie sanatoasa propriului caracter. A avut apoi succes in toate relatiile personale, datorita noii sale achizitii: alinierea motivelor, nevoilor si dorintelor la adevar.

Acest scurt exemplu ilustreaza calitatile si limitele personalitatii Alb, dar fiecare culoare are propriul set unic de dorinte, nevoi si modele comportamentale, toate aprinse de un set unic de motive. Acum ca stiti culoarea personalitatii voastre, care sunt motivele, nevoile si dorintele voastre particulare? Ce va releva despre voi adevarata voastra culoare?

Amintiti-va ca in timp ce fiecare individ are un singur motiv calauzitor, amestecul celei de-a doua culori creeaza amestecuri in nevoile, dorintele si comportamentele cuiva. Cauta acum sa castigi o perspectiva simpla si clara asupra motivului central al culorii tale asa cum este definit de motivul calauzitor. In Capitolul 9 vom arata nuante mai complexe ale culorilor secundare si amestecul de personalitati.

ROSU

Rosu este dornic de putere

Anuntat simplu, Rosu are propriul sau drum. Daca sunt crescuti intr-un mediu unde ei sunt in stare
sa-si manipuleze parintii, devin dificil de condus cand devin adulti. Cand sunt lasati de capul lor prea mult timp, le este aproape imposibil sa renunte la propria putere si libertate atunci cand intalnesc autoritatea in societate (profesori, sefi, politie, ofiteri militari, etc), autoritate ce refuza sa le acorde controlul total pe care-l cer.

Rosu vrea sa fie productiv

Lui Rosu ii place sa munceasca – la scoala, in cariera si in relatiile lui. Numai sa nu te astepti sa acorde aceeasi importanta lucrurilor de care le pasa altora – cum ar fi situatia scolara a altora, cariera altuia si mariajele lor. Dar da-le un motiv de a produce ceva si urmareste-i. Lui Rosu ii place sa-si duca treaba la bun sfarsit. Adesea sunt dependenti de munca. Cu toate acestea, nu vor accepta sa faca ceea ce nu-i intereseaza pe ei.

Rosu vrea sa fie apreciat de ceilalti

Rosu are nevoie sa para celorlalti atotcunoscator. Tanjesc dupa aprobarea celorlalti in privinta inteligentei si profunzimii lor. Vor sa fie respectati mult mai mult decat vor sa fie iubiti. Vor sa fie admirati pentru mintea lor logica si practica. Cand ai de-a face cu un Rosu, ai grija sa fii precis si la obiect. Rosu este neclintit la vederea lacrimilor sau a altor semne de „slabiciune".

Rosu nu trebuie luat prea in serios.

Adesea, Rosu se limiteaza doar la fapte, asa cum le intelege el, in ciuda comportamentului lui antagonist. Rareori spune „dupa parerea mea" inainte de a-si sustine cu ardoare opiniile. Am vazut prea multi Albastru, Alb sau Galben devenind de-a dreptul ingrijorati de argumentele aduse de Rosu, doar pentru a descoperi mai tarziu ca Rosu era interesat doar de disputa in sine. Rosu adora un bun joc de putere. Dar odata ce devii implicat emotional in argumentarea cauzei, s-ar putea sa fii dezamagit si frustrat descoperind ca Rosu nu mai este interesat de subiect.

Rosu cauta oportunitatile de conducere.

In ciuda rigiditatii militariei, foarte multi tineri Rosu, barbati si femei, aleg o cariera militara pentru ca le ofera oportunitatea de a deveni conducatori. Rosu este adeseori numit si „bolnav dupa control". Ii place sa se afle in scaunul de conducere. Copilul Rosu este de multe ori frustrat in scoala

din cauza profesorilor (adesea personalitati Albastru), care nu-i lasa sa preia conducerea. Rosu este gata sa plateasca orice pret pentru oportunitatea de a conduce.

ALBASTRU

Albastru este motivat de altruism

Albastru adora sa faca lucruri dragute pentru ceilalti. Cauta ocaziile de a oferi un cadou numai pentru a aduce fericirea pe fata unei persoane. Filosofia sa este „fii mai degraba altruist, decat egoist”. Albastru se simte vinovat atunci cand face lucruri numai pentru el. Ei tin usa deschisa pentru oameni, se ofera sa-i duca cu masina atunci cand au nevoie, contribuie la actiuni caritabile, uneori isi dedica intreaga viata in ajutorarea celorlalti.

Albastru are nevoie de prietenie.

Mai mult decat orice altceva, Albastru vrea sa fie iubit. Un adevarat Albastru va sacrifica o cariera de succes pentru a imbunatati o relatie importanta. Desi era considerata o calitate eminamente feminina, „a avea grija de ceilalti” este inteleasa acum cu mai multa acuratete ca o trasatura de personalitate a Albastrului.

Albastru tanjeste sa fie inteles.

Albastru este multumit cand este ascultat, cand se simte inteles si apreciat. Este recunoscut pentru destainuirile sale, pentru ca pune accentul foarte tare pe a fi cunoscuti si intelesi. In ochii unui Albastru, a fi vulnerabil este un pret mic de platit pentru o legatura de suflet. Albastru poate avea mai des decat ceilalti inima zdrobita, dar investeste si cel mai mult in dragoste.

Albastru are nevoie sa fie apreciat si sa nu fie uitat.

Albastru considera ca o simpla palma pe spate pentru cineva in necaz nu e niciodata de ajuns. Albastru face atatea eforturi pentru a face din lume un loc mai bun, incat uneori are nevoie sa i se spuna cat este de minunat. Are nevoie sa fie apreciat si, mai mult decat atat, sa nu fie uitat pentru faptele lui bune. Ii place ca oamenii sa-l felicite de ziua sa de nastere, de sarbatori, mai ales daca aceasta are un caracter personal – o felicitare facuta manual, o petrecere-surpriza, o zi speciala care nu-i trecuta in calendar. Albastru are nevoie de de dragoste si tandrete.

Albastru este condus de o constiinta morala foarte puternica.

Albastru se comporta intr-o maniera corecta si respectabila, deoarece are un cod moral dupa care se ghideaza in deciziile pe care le ia, in judecatile de valoare, chiar si in timpul liber. Lui Albastru in face placere sa fie bun. Dintre toate culorile de personalitate, Albastru este cel care are un puternic simt al integritatii. Din punct de vedere etic, Albastru este cel care ar trebui pus intr-o functie de conducere, dar care rareori este.

Cel mai bun lucru in a-ti sti limitele este ca,
odata intelese, se pot transforma in puncte forte.

ALB

Alb este motivat de pace.

Alb va face aproape orice pentru a evita confruntarile. Ii place sa pluteasca prin viata fara sicane sau disconfort. „A se simti bine” este mult mai important decat „a fi bine”.

Alb are nevoie de bunatate.

Cum Alb raspunde frumos la cordialitate si condescendenta, cand este tratat neplacut are o incapatanare tacuta, puternica. Uraste sa fie certat. Nu ii plac cuvintele urate. Se deschide imediat in fata personelor bune si se da inapoi imediat in fata persoanelor ostile. Sunt motivati de blandete si nu pot sa inteleaga de ce alti oameni nu sunt buni.

Alb prefera puterea data de tacere.

Alb adora independenta tacuta. Ceea ce altora li s-ar parea a fi disperare, la ei poate fi doar incapatanare. Cei care nu vor intelege natura iubitoare de pace a lui Alb si vor incerca sa-l subjuge se vor lovi de un zid de rezistenta pasiva. Alb este mult mai puternic decat ar putea unii crede.

Lui Alb ii place sa treaca nevazut.

Ii place sa i se ceara parerea, dar nu se va oferi niciodata voluntar. Ii place sa aiba respectul celorlalti, dar rareori il cauta cu tot dinadinsul. Are nevoie sa fie cointeresat pentru a vorbi despre abilitatile, calitatile si interesele lui.

Alb este un independent.

Spre deosebire de Rosu si de Albastru, care vor sa-i controleze pe ceilalti, Alb nu vrea decat sa evite sa fie controlat. Pur si simplu refuza sa fie sub conducerea altcuiva, mai ales cand se simte tratat fara respectul pe care simte ca-l merita. Alb vrea sa faca ce vrea, cand vrea, nu cere prea mult de la ceilalti si uraste ca altii sa ii ceara sa faca ceva. Adesea insa se supune unor cerinte nerezonabile doar pentru a mentine pacea. Isi exprima furia si frustrarea numai cand nu vor mai suporta sa fie priviti de sus. Alb nu suporta sa fie presat si sunt de temut cand, in sfarsit, „explodeaza”.

Alb se simte motivat de dorintele altor persoane.

Alb este deschis catre recomandarile altora privind caile de rezolvare a situatiilor. Liderul Alb valorizeaza ideile noi de management ale angajatilor. Copiii Alb accepta ajutorul altora si sunt elevi receptivi. Alb face intalnirile agreabile. Este interesat ca celelalte persoane sa se distreze si este gata sa faca orice pentru aceasta. Oricum, Alb vrea sugestii, nu comenzi.

GALBEN

Lui Galben ii place joaca.

Galben considera ca viata este o petrecere, iar el este gazda. Un tata (Albastru) a fost dezamagit cand fiul sau (Galben) prefera sa-si petreaca timpul cu prietenii in loc sa stea cu el. I-am reamintit tatalui ca fiul sau era motivat de joaca si i-am sugerat ca ar trebui sa incerce sa organizeze niste activitati de care fiul sa se simta atras. Era „principiul celei mai bune oferte”, si a mers. Galben nu vrea decat sa se distreze.

Galben iubeste laudele.

Galben are nevoie sa fie remarcat. Prea putine lucruri, in afara de laude, vor imbunatati relatiile cu un Galben. Are nevoie sa stie ca este valorizat si aprobat de ceilalti. Galben actioneaza adesea de parca ar avea lumea la picioare, dar are si el temerile si frustrarile lui, pe care rareori le impartaseste inainte de a se simti sigur din punct de vedere emotional. Siguranta ii este cel mai bine evidentiata prin lauda.

Galben are nevoie de legaturi emotionale.

Galben, cu nonsalanta lui, adesea este considerat ca fiind unul caruia nu-i pasa de nimic. Nimic nu poate fi insa mai departe de adevar. El are nevoie de atentia celorlalti, de mangaierea lor. Ii place sa fie atins, pentru ca el considera ca cea mai directa legatura se face prin contactul fizic.

Galben vrea sa fie popular.

Galben vrea sa fie in centrul atentiei, pentru el este foarte important sa fie acceptat social. Prietenia ocupa un loc de maxima prioritate in viata lui pentru ca popularitatea raspunde unei nevoi de baza a sa: nevoia de a fi aprobat de toti din jur. Galben are o mare placere in a discuta, si poate avea atat discutii elevate, cat si discutii minore, pentru ca se poate lasa foarte usor dus de val.

Galben iubeste actiunea.

Usor de plictisit, Galben cauta aventura. Nu poate sta locului prea mult timp. Isi alege prieteni care, ca si el, refuza sa acorde prea mult timp „detaliilor plicticoase” pentru a intra in cel mai important loc din viata: jocul. In mod ironic, multi oameni diagnosticati cu ADD (Deficit de Atentie) sunt, de fapt, personalitati vesele (de Galben), care se lupta cu inabilitatea lor innascuta de a sta locului prea mult timp.

Scurta privire asupra personalitatilor

Acum ca sunteti familiarizati cu motivele, nevoile, dorintele si comportamentele fiecarei culori de personalitate, sa aruncam o privire asupra lucrurilor de baza.

	ROSU	**ALBASTRU**	**ALB**	**GALBEN**
MOTIVE	Putere	Intimitate	Pace	Distractie
NEVOI	-Sa arate bine (literalmente). -Sa fie drept. -Sa fie respectat. -Sa aiba aprobarea unui grup select si restrans.	-Sa fie bun (moral). -Sa fie inteles. -Sa fie apreciat. -Sa fie acceptat.	-Sa se simta bine (in interior). -Sa ii fie alocat un spatiu personal. -Sa fie respectat. -Sa fie tolerat.	-Sa arate bine (social). -Sa fie ramarcat. -Sa fie laudat. -Sa aiba aprobarea maselor.
DORINTE	-Sa-si ascunda nesiguranta (inchizandu-se in sine). -Productivitate. -Conducere. -Infruntand aventura.	-Sa-si dezvaluie nesiguranta. -Calitate. -Autonomie. -Securitate.	-Sa se abtina de la a se simti nesigur. -Bunatate. -Independenta. -Incredere.	-Sa-si ascunda nesiguranta (deschizandu-se catre ceilalti). -Fericire. -Libertate. -Jucandu-se cu aventura.

Odata ce am identificat cele patru tipuri de personalitate, motivele din spatele lor si filtrele de personalitate, vom continua in capitolele ce urmeaza sa definim punctele tari si limitele fiecarei culori. Amintiti-va ca toate caracteristicile culorii voastre principale nu pot defini propria voastra personalitate, dar motivele, nevoile si dorintele din spatele acestor caracteristici va influenteaza precis.

Veti observa ca, ocazional, aceleasi caracteristici apar la doua personalitati diferite. Aceasta se intampla pentru ca exista diferente si similitudini intre personalitati. Oricum, in general, veti descoperi ca o culoare anume se potriveste mai bine decat oricare alta cu personalitatea voastra.

Pe masura ce va veti identifica punctele tari le veti putea recunoaste si pe cele slabe. Limitele nu sunt ceva de care sa va fie frica. Fiecare culoare are multe de invatat de la celelalte. Dar suntem mai eficienti in a-i intelege pe ceilalti cand ii vedem pe de-a-ntregul, cand ii tratam ca personalitati complete, decat cand le vedem doar punctele slabe sau limitele.

Citind despre limitele unora poate fi dureros. Poate fi dificil sa identificam ariile in care suntem deficitari (mai ales tu, Rosu!), pentru ca preferam sa ne protejam de acestea. Asa ca pregatiti-va de un mic disconfort. „Va durea numai un pic”, cum spune doctorul. Ganditi-va ca totusi tratamentul este mai bun decat boala, si, in acest caz, tratamentul este cunoasterea. Cel mai bun lucru in privinta limitelor este ca, odata cunoscute, se pot transforma in puncte forte.

Suntem mult mai eficienti in a intelege alti oameni
cand ii vedem ca intreg - si-i tratam ca
pe niste personalitati complete, mai degraba decat atunci cand ne concentram
pe limitele sau punctele lor forte.

Capitolul 4

PERSONALITATEA IN PERSPECTIVA

Pentru a experimenta pasiunea, cineva trebuie sa aiba
un simt ascutit al celuilalt si sa simta
congruenta intre cel care e
si viata pe care o duce.

Teoria Personalitatii Hartman identifica trei dimensiuni esentiale care trebuie sa lucreze la unison pentru ca un individ sa fie pe de-a-ntregul uman, plin de viata. Toate trei joaca roluri diferite in crearea unei personalitati complete.

Personalitatea

Personalitatea joaca rolul central intre cele trei elemente critice. Fiecare personalitate este condusa de un miez de motive, pe care l-ati identificat atunci cand ati completat Profilul de personalitate Hartman. Reprezinta nevoile, dorintele si comportamentul innascut ale fiecaruia. Chiar daca nimeni nu este oprit sa adopte punctele tari sau slabe ale tuturor personalitatilor, omul nu poate niciodata sa renunte la miezul innascut al personalitatii sale. Chiar daca cineva vrea sa se schimbe si sa actioneze ca o alta personalitate, in sufletul lui nu poate nega cine este de fapt.

Conduceam un grup de team-building in Oxnard, California. Monica a ascultat impreuna cu ceilalti cand am prezentat lucrurile de baza din Codul Culorilor. La un moment dat, a explodat:” Sunt ea! Nu pot sa cred asta! Dupa cate am facut ca sa ma eliberez de memoria ei, in final, am ajuns ca ea!”.

Am discutat problema ei si Monica mi-a explicat ca „ea” era mama ei, de la care nu simtise niciodata dragoste si care nu avusese grija de ea. Jurase sa nu ajunga niciodata ca femeia care-i distrusese copilaria si, pe de alta parte, isi adorase tatal si petrecuse ore nesfarsite imitandu-i punctele tari si alegand un stil de viata similar cu al lui.

Acuratetea si simplitatea Codului Culorilor fac relativ usoara identificarea miezului propriu, adevarat, al personalitatii tale si al personalitatilor celor cu care interactionezi. Monica a identificat rapid miezul Albastru al personalitatii ei si al mamei sale, in timp ce tatal ei fusese un Rosu. In dorinta de a se distanta de mama, se distantase dureros de ea insasi. Incercase sa dezvolte punctele tari ale tatalui (Rosu), dar motivele fusesera negative iar personalitatea sa Albastru nu putuse fi inlocuita, ci reprimata. Astfel, miezul ei o urmarise in permanenta, in ciuda tuturor eforturilor sale, si isi recunoscuse propria personalitate in clipa in care-mi ascultase prezentarea. Personalitatea noastra vine odata cu sufletul nostru si trebuie respectata si ingrijita pentru ca este vitala fiintei noastre.

Dezvoltarea caracterului

Caracterul aduce substanta personalitatii. Urmatoarea mea carte, „Codul Caracterelor”, aduce integritatea Codului Culorilor. Este esential sa te cunosti, sa stii totul despre tine. Dupa completarea Profilului de Personalitate Hartman stii care sunt nevoile, dorintele, motivele si comportamentele tale, dar nu poti identifica proportia de puncte slabe si de limite pe care le ai.

Fara Codul Caracterului nu poti identifica cu usurinta ce comportamente sa dezvolti de la alte personalitati, nu poti stii care din limite iti creeaza dificultati cand interactionezi cu alte persoane. Aceasta cere un proces numit caracterizare si va fi introdus folosind un instrument numit Profil de Caracter Hartman. Pentru a continua procesul de completare a personalitatii tale trebuie sa identifici si sa dezvolti trasaturile de personalitate tratate nenatural in raport cu personalitatea innascuta, in timp ce mentii si protejezi miezul conducator al tau personal.

A caracteriza inseamna a provoca aventura. Este foarte dificil sa accepti cine esti si sa incerci in acelasi timp sa dezvolti punctele care te ajuta sa inlocuiesti deficientele. Aceasta cere un efort care poate dura o viata.

Deocamdata, o ilustrare simpla este suficienta. Te va ajuta sa vezi corelatia puternica dintre personalitate si caracter. Exista patru moduri generale de a identifica nivelele diferite la care opereaza oamenii.

De caracter	Sanatos	Nesanatos	Bolnav
+ caracteristici pozitive ale fiecarei personalitati, alta decat cea innascuta	+ caracteristici pozitive ale propriei personalitati	- caracteristici negative ale propriei personalitati	- caracteristici negative ale fiecarei personalitati, alta decat cea innascuta

Prima dimensiune se refera la oamenii care folosesc punctele puternice ale fiecarei personalitati, altele decat cele innascute. In timp ce Codul Culorilor va cere sa va acceptati miezul conducator al motivelor ca innascute si de neschimbat, recunoaste de asemenea realitatea ca puteti alege sa dezvoltati orice dar pozitiv al celorlalte personalitati.

Dimensiunea Sanatatos identifica oamenii care folosesc abilitatile pozitive oferite de personalitatea lor de baza. Experienta mea profesionala arata ca cei mai multi oameni pot supravietui confortabil toata viata bazandu-se pe punctele forte ale propriei personalitati.

Dimensiunea Nesanatos caracterizeaza oamenii care trec prin viata folosindu-se de limitele personalitatii lor de baza.

Dimensiunea Bolnav reprezinta ultima faza de sanatatea mintala. Oamenii care se folosesc de limitele tuturor personalitatilor, altele decat cea de baza, pentru a trai sunt extrem de greu de identificat cu acuratete. De cate ori rog la seminarii un participant sa identifice culoarea de baza a unui asemenea om, ma intreaba „Pot sa folosesc culoarea Negru?"! Nu pot vedea cu usurinta miezul de personalitate pentru ca gasesc numai limitele, si acelea ale mai multor personalitati, nu doar a uneia.

Cei mai multi oameni opereaza in una din urmatoarele dimensiuni duale: dimensiunea De caracter - Sanatos, dimensiunea Sanatos-Nesanatos si dimensiunea Nesanatos-Bolnav. Una din dinamicile pozitive pentru a deveni om de caracter este ca daca te lupti cu limitele unei personalitati (alta decat a ta), te poti concentra pe punctele puternice ale altei culori pentru a o invinge. Dezvoltarea punctelor puternice care nu-ti apartin nativ cere o munca acerba si multe umilinte pentru a reusi.

Pasiunea creatoare

In sfarsit, pasiunea insufla viata si in personalitate, si in caracter. Cunoscand personalitatea si caracterul, poti vedea lumina din casa, dar nu ai nici o garantie ca e cineva acasa. Pasiunea aprinde lumina cand persoana este acasa, creand o sinergie puternica intre cele doua. Pasiunea nu poate fi fortata. Trebuie sa fie originala si sa porneasca din adancurile fiintei. Este ca respiratia. Trebuie sa o faci in felul tau sau sa mori. Din pacate, traim intr-o societate in care oamenii mor cu mult timp inainte de a fi ingropati. Pasiunea face diferenta dintre cum ne dam jos din pat dimineata si cum ne bagam inapoi in pat seara. Pentru a experimenta pasiunea trebuie sa stii sigur cine esti si sa experimentezi congruenta dintre cine esti si ce viata duci. Daca acest aspect al metodei culorii te intereseaza, trebuie sa cauti un exemplar din Codul Caracterului cand va fi la vanzare.

Acum, ca am pus personalitatea in perspectiva intregului, hai sa ne concentram pe miezul de personalitate. Aici incepe totul si, la fel ca in cazul constructiei unei cladiri, daca nu punem fundatia corect, nimic nu se va alinia mai tarziu. Personalitatea este acoperita de motive care ne conduc si ofera putere dorintelor, nevoilor, punctelor puternice si limitelor noastre.

Capitolul 5

ROSU: MANUITORII PUTERII

*„Rosii au cea mai dominanta, intimidanta personalitate.
Pentru ei exprimarea emotionala este inconfortabila si creeaza
vulnerabilitate, pe care ei o evita de obicei”*

Activi si productivi

Personalitatea rosie trece prin viata cu forta. Asa cum spunea Helen Keller „viata este ori o aventura, ori nimic.” „Rosii” sunt foarte dedicati cauzelor si sunt hotarati sa indeplineasca orice aseaza viata in fata lor. De fapt, ei cauta provocari si cu mici exceptii, ei se ridica la nivelul asteptarilor. Ca rezultat al naturii lor tenace, „rosii” adesea au succes. Succesul lor vine mai intai din afaceri si activitati orientate catre un scop, in timp ce „albastrii”,de exemplu, experimenteaza succesul prin relatiile interpersonale puternice sau prin activitati foarte creative. „Rosii” cauta actiune si rezultate. Ei isi doresc productivitate. Ei isi masoara succesul dupa cat de mult (vs. cat de bine) si-au indeplinit sarcinile. Pur si simplu stand, „rosii” rezolva problemele.

Vizionari

Cu placere as urma un „rosu” sanatos pana la capatul pamantului. El se uita in permanenta catre viitor si pune piesele de puzzle impreuna, in capul lui. Oamenii ii acuza adesea pe „rosii” pentru ca pur si simplu actioneaza fara sa se gandeasca macar o secunda. De fapt, adevarul este opus! „Rosii” urasc sa esueze. De aceea ei se intreaba mereu „Daca am sa dau gres?”

Rob este un „rosu” si este cel mai mic frate dintr-o familie ce detine o afacere. Cei doi frati mai mari ai sai sunt „albastrii” si isi fac griji in permanenta in privinta detaliilor, cum ar fi micile plangeri ale angajatilor si situatia financiara curenta. Intre timp Rob este centrat pe viitor si creeaza noi companii ca ramificatii ale actualei afaceri de succes si pregateste personalul pentru roluri puternice de conducere, pe masura ce compania evolueaza. „Rosii” vad instinctiv viitorul si fac pasii necesari catre succes.

In timp ce majoritatea personalitatilor („albastru” in particular) se opresc cu gandul ca pot esua, „rosii”, instinctiv, au dezvoltat deja un plan alternativ, ei isi spun: „Acum, daca planurile originale au esuat, voi face asta sau chiar cealalta.” In timp ce ceilalti se opresc de frica, „rosii” infrunta frica cu alternative rationale si pur si simplu fac ceea ce trebuie facut.

Insensibili si egoisti

„Rosii” sunt atat de bine definiti incat este greu de crezut ca nu isi pot recunoaste pe loc culoarea personalitatii. Multi o fac. Dar adesea, cel mai mare obstacol pentru „rosii” in identificarea proprie, este negarea, refuzul. „Rosii” sunt mandri si stiu sa-si expuna calitatile si opiniile in fata tuturor. Se pot prezenta pe ei insisi intr-o maniera distanta si insensibila. O mama a promis sa-si duca fiica adolescenta „rosie” la biblioteca pentru a studia pentru o lucrare scolara. Chiar inainte sa plece, mama si tatal s-au certat, iar tatal a amenintat cu divortul. Fata a fost martora la intreaga discutie, care a durat o ora. Mama era devastata si plangea incontrolabil, cand fiica sa i-a spus, fara nici o legatura: „Mama, putem ajunge la biblioteca inainte sa inchida?!” Numai „rosii” pot fi atat de insensibili fata de sentimentele altora. Aceasta slabiciune poate explica de ce „rosii” au atata succes in dezvoltarea si promovarea ideilor, evenimentelor, in afaceri riscante, in comparatie cu relatiile de calitate.

Regele junglei

Luand in considerare natura lor productiva si tenace, nu este de mirare ca „rosii” debordeaza de o incredibila incredere in sine. Ei par a fi puternici si siguri pe ei insisi. De aceea putini oameni sunt dispusi sa ii confrunte. Aceasta putere le acorda statutul de cea mai temuta dintre toate personalitatile. Ei sunt „regele junglei”. Cand oamenii cauta sfaturi sau indrumare, ei descopera ca „rosii” sunt de mare ajutor. „Rosii” au un simt al corectului si adesea se exprima intr-o maniera pe care putini oameni o pot respinge. Multi „rosii” sunt foarte inteligenti si au abilitati in luarea bunelor decizii. Dupa aceea, ceilalti aleg sa-l urmeze. Si, de ce nu ? Cand gasesti un doctor bun, mai cauti altul ? Abilitatea lor misterioasa si de invidiat de a avea adesea dreptate este cea care ii influenteaza pe ceilalti sa-i aseze in pozitii de lideri. Darul natural si dorinta de a conduce a „rosiilor” este cea care ii conduce catre selectarea oportunitatilor ce ii duc catre varful multor organizatii, afaceri, si alte afilieri.

Condu, urmeaza sau da-te la o parte.

Poate cel mai intrigant complex al „rosilor”, aparent siguri de sine si de o aroganta frustranta, sta chiar in insecuritatea lor. Ei cauta acceptarea si intelegerea pe care ei, adesea, refuza sa o acorde altora. Totusi, aceasta nevoie este plasata atat de adanc in inimile lor, unde este cu dibacie portejata, incat este adesea foarte bine ascunsa de ochii ratiunii. Tinand cont de logica lor, ei refuza sa recunoasca vulnerabilitatea emotionala. Ca tineri, cand sunt oarecum sensibili la emotii, insecuritatea lor este mult mai clar observata. Din pacate, cu varsta ei isi pastreaza insecuritatea emotionala deghizata in fata celorlalti. Cu timpul, ei pierd adesea perspectiva adevarata si chiar cred ca nu au nevoie de emotii. Ironia este ca , pentru ca „rosii” sa poata experimenta o viata normala, intima, ei trebuie sa se expuna in fata celei mai mari temeri - propria insecuritate emotionala si nevoia de a fi iubit si acceptat.

Pretentiosi si critici

„Rosii” sunt foarte critici in privinta celorlalti. Majoritatea „rosilor” sunt critici din punct de vedere verbal, in timp ce cativa raman nesatisfacuti, in liniste, de performantele altora in viata. Ei sunt mai degraba nerabdatori cu insuficienta umana si cred ca nu ar trebui tolerata. Chiar daca nu sunt atat de perfectionisti ca si „albastrii”, „rosii” vor totusi ca un lucru sa fie bine facut si cat mai repede. Nu tolereaza prostia, lipsa simtului comun sau a nepregatirii. Ei asteapta rezultate si isi acorda putin timp pentru a le reaminti celorlalti ce asteapta de la ei. Ei pot fi foarte razbunatori si reactionari fata de ceilalti. Ironia se gaseste in modul in care acest comportament este bazat emotional, cand realizeaza rigiditatea logicii care permite o astfel de gandire si un asemenea comportament din partea „rosilor”.

Nesiguri

„Rosii” isi pot ingropa propria insecuritate atat de adanc incat sa nu simta constient durerea provocata de expunerea lor. Dupa aceea, ei sunt adesea insensibili la nervii atinsi ai celorlalti care vor sau pot sa-si ascunda vulnerabilitatea mai greu. „Rosii” nu doresc rau altora atata timp cat productivitatea proprie ii incanta si demonstreaza ca au avut dreptate. „Rosilor” nu le plac obstacolele din calea progresului - fie ei angajati, copii, soti sau prieteni.

Trebuie sa aiba dreptate

Condusi de nevoia de a-si ascunde insecuritatea emotionala, ei au pretentia sa aiba dreptate. Ei nu se intreaba daca sunt perceputi de ceilalti ca avand dreptate. Ei declara pur si simplu ca au dreptate 100%. Chiar si cand sunt aduse dovezi care sustin greselile lor ei catalogheaza greseala proprie ca fiind o neintelegere sau o greseala de interpretare.

„Rosii" sunt atat de categorici.
Daca iau 51% dintre decizii corect sunt fericiti pentru ca
ei stiu ca celelalte 49% ar fi fost si acelea corecte, dar tu ai gresit.

O familie cauta o cladire cu birouri dar nu stia adresa exacta. Un adolescent a remarcat: „cred ca este in apropiere de coltul Moody cu Lincoln." Sora lui "rosie" mai mare, Ginny, a raspuns „O, nu, nu este. Nu poate fi acolo. Cunosc toate cladirile de acolo." Ginny a condus mai departe si a ignorat sugestia. O ora mai tarziu, dupa mai multe telefoane, ei au parcat in fata unei cladiri situata chiar pe coltul Moody cu Lincoln. Cand au ajuns acasa mama lor i-a sugerat ca in viitor sa ia in considerare toate sugestiile. La acestea Ginny a replicat „Stiu sigur ca nu a spus Moody cu Lincoln. Trebuie sa fi spus in alta parte. In definitiv, eu sunt cea care a gasit adresa, nu-i asa?!"

Competitivi si indrazneti

„Rosii" sunt indrazneti si curajosi - ambele trasaturi indepartandu-i de lumea afacerilor sau de indatoririle casnice, exceleaza in aventuri cum ar fi escaladarea muntilor sau construirea propriei case. Totusi, „rosii" pot gasi o mare placere in promovarea unui concept novator sau sa atinga varful in lumea afacerilor. Combinand calitatile lor, curajul si competitivitatea, „rosii" sunt indrazneti atat in limita unei structuri organizationale, cat si in plan personal.

In afaceri, acasa cu prietenii, sau angajati in hobby-uri, „rosii" sigur obtin portia lor din „placinta". Ei sunt caracterizati de egoism. Ei stiu ce vor si adesea controleaza evenimentele si oamenii pentru a-si atinge scopul. Nu sunt prea preocupati cu sentimentele de vinovatie sau compasiune pentru altii. In mod ironic, „rosii" foarte nesiguri cauta atentie si se asigura ca orice neajuns trebuie sa indure (boala sau accidente) acest lucru este simtit si de cei din viata lui.

Tenace si solicitanti

Bolnav sau sanatos, „rosu" este o personalitate care impune „taxe". Ei sunt atat de tenace si de autoritari incat te trage in jos imediat. „Rosii" amintesc de musafirii care au pretentia ca intreaga casa, gazdele, sa-si schimbe programul in functie de programul lor personal. Dupa o scurta perioada de timp petrecuta cu o astfel de personalitate, o schimbare si o gura de aer curat este nu numai binevenita, ci chiar necesara.

In relatiile lor de lideri, „rosii" pot fi, de asemenea, autoritari. Ei se asteapta ca subordonatii lor sa-si aminteasca locul in ierarhie. Este greu sa lucrezi pentru ei sau sa traiesti cu ei deoarece le place sa ordone altora si au putina consideratie pentru programe deja stabilite, pentru obligatii familiale sau interese profesionale. Daca sunt provocati devin adesea agresivi datorita naturii lor intimidante si atitudinii lor arogante. Chiar daca mentin o pozitie de lider sau de subaltern, „rosii" sunt adesea inclinati sa fie agresivi cu cei care le stau in cale. Nu se rusineaza in fata acuzelor publice la adresa comportamentului lor revendicator. Fara prea mult tact, ei urmaresc fara induplecare elemente din viata lor care au nevoie de atentie, fie ca este vorba despre o rezervare gresita la hotel sau calificative inacceptabile ale copilului. Agresiunea este evidentiata fara a tine cont de sentimentele celorlalti. „Rosii" nesanatosi sunt foarte agresivi.

Insistenti si hotarati

Pe de alta parte, afirmarea pozitiva zboara atat de usor, la personalitatile „rosii", asa cum curge apa de pe spatele unei rate. Ei nu au nevoie de linguseala pentru a-si stabili pozitia, in nici o situatie. A stii ca au dreptate ii ajuta pe „rosii" sa fie convinsi de pozitia lor, in timp ce ii intimideaza pe ceilalti. Grupurile de afaceri sunt intotdeauna incantate de prezenta „rosilor" sanatosi. „Rosii" spun tot ce au de gand direct si onest, in ciuda efectului asupra popularitatii lor.

Ei au o vointa de fier si sunt foarte hotarati. „Rosii" iau atitudine foarte fermi si se asteapta ca ceilalti sa-i urmeze. Adesea ceilalti ii urmeaza cand „rosii" se prezinta si isi prezinta si ideile impreuna

cu motive clare. Totusi, aceeasi putere de decizie poate fi traita ca o limitare cand „rosii" sunt dezagreabili sau in opozitie.

Neplacuti

Neplacut (dezagreabil) este un cuvant care vine in minte cand se iau in seama limitele „rosilor". Chiar daca este pentru mentinerea dezbaterii sau pentru nevoia de a converti lumea in functie de credintele lor, „rosii" pot fi foarte incapatanati si inversunati in ce priveste majoritatea problemelor, plecand de la cum sa platesti o factura (cash, cec sau card de credit), pana la termene limita („Nu imi pasa daca nu am nevoie de ea pana miercuri. Tu, tot trebuie sa o completezi, pentru ca asa ti-am spus eu!")

O completare logica la natura lor neplacuta si la mintile lor logice este aceea ca „rosii" savureaza meritele unui conflict verbal. Ei par acomodati cu acest stil de exprimare verbala. Ii trebuie foarte putin unui „rosu" sa se confrunte cu o alta persoana. Par atat de acomodati, astfel incat rareori recunosc conflictul pe care ei l-au creat.

„Rosii" nu au un talent natural al conversatiei. Ei sunt buni cititori. Abilitatea de a asculta si de a empatiza sunt adesea trasaturi limitate in personalitatea „rosilor". Aceste limitari imping multi „rosii" catre singuratate, desi rareori admit ca sunt singuri. Adesea ii invinuiesc pe altii de singuratatea lor („sotul m-a lasat in aceasta incurcatura, fara un singur prieten"- a spus o femeie „rosie" la zece ani dupa divort. Sau „Daca oamenii ar fi fost mai educati sau mai inteligenti ar fi putut sa ma aprecieze.")

Plini de resurse si siguri de sine

Datorita istetimii lor si a increderii in sine, „rosii" adesea provoaca pe cei de la putere si isi controleaza cu succes propriul destin. Daca m-as afla intr-o situatie de urgenta as prefera sa fiu in compania unei personalitati rosii. *Ei mananca, dorm si respira actiune.* Nici o situatie nu va scoate tot ce e mai bun din ei pana cand ei nu vor fi verificat toate posibilitatile de rezolvare. Pur si simplu nu cedeaza usor. Sunt rareori intimidati sau amenintati de obstacolele vietii. Au un simt al competitiei foarte dezvoltat, iar oponentii lor (fie ca este un cutremur sau soacra) nu vor castiga usor.

Neinduplecati si nerabdatori

Daca ai nevoie de un agent, de o persoana care sa stranga fonduri sau de un aliat politic, cauta o persoana cu caracteristicile unei personalitati „rosii". Nimeni nu poate avansa ca un „rosu". Am facut deja aluzie la natura lor indrazneata, insistenta si competitiva. Ei sunt, de asemenea, pragmatici. In loc sa se ocupe de nimicuri, ei merg la inima problemei si cer o rezolvare rapida.

Personalitatea „rosie" trece in forta prin viata.

„Rosii" se arunca in inima cauzei. Daca simt ca ai ceva ce merita, de oferit vor face cu placere ce vor putea pentru a te ajuta. „Rosii" sunt neinduplecati in lupta pentru cauza in care ei cred. Sunt la fel de siguri si atunci cand ii promoveaza pe altii, ca si atunci cand se promoveaza pe ei insisi daca sunt dedicati conceptului. Cand se dedica unui concept „rosii" nu au egal. Sunt greu de convins, dar la fel de greu isi pot schimba parerea o data convinsi. Pentru a descoperi talentul la dans al unui copil, parintii „rosii" conduc distante lungi si asigura suportul financiar pentru a-si vedea copilul reusind. (De fapt, aceasta carte nu ar fi fost publicata daca nu as fi avut suportul a trei prieteni „rosii". Doi dintre ei mi-au dat siguranta de a scrie prin numeroase sugestii, timp si suport. Cu celalalt ma intalneam la micul dejun pentru a-mi citi noile capitole. Cand am lasat un mesaj pentru a anula o astfel de intalnire, prietenul meu m-a sunat la 11 noaptea si m-a intrabat daca nu cumva am anulat intalnirea pentru ca nu mi-am facut „temele". Avea dreptate. Aveam nevoie de incurajarile ei.)

„Rosii" urmaresc tot ce vor (sanatos sau nesanatos) inainte de a le avea. Ei vor ca toti sa raspunda cand si cum considera ei adecvat. Ei se lupta cu nerabdarea. Nu pot astepta ca ceilalti sa

„creasca” si se comporta asa cum stiu „rosii” sa se comporte. Copiii „rosii” cer sa fie tinuti in brate imediat, „la comanda” (plang). Vanzatorii „rosii” nu numai ca ii cer sa ii asculti, dar iti cer sa si raspunzi la intrebari prostute („Acum serios doamna Meriweather, nu-i asa ca v-ar placea sa conduceti un Cadillac nou, decat tot pe cel vechi cu care prietenii v-au vazut de ani de zile?”). Parintii „rosii” cer adesea respect, in loc sa faca ceva pentru a-l castiga. Angajatii „rosii” nu pot tolera indecizia sau productivitatea scazuta. Una dintre cele mai mari greseli ale stilului de conducere „rosu” este nerabdarea. Ei merg inainte prea repede si deseori prea dur.

Bob este un puternic CEO. El foloseste foarte putin timp pentru a ajunge la miezul problemei. Nu are rabdare cu oamenii care ii irosesc timpul pentru detalii. Controlorul sau „albastru”, John, trebuie sa verifice constant toate problemele companiei si ii trimite memo-uri lui Bob, memo-uri pe care acesta nu le citeste.

Bob mi-a spus ca este satul de memo-urile lui John si ca intentioneaza sa-i spuna sa nu le mai scrie, in asteptarea unei discutii legate de subiectele cuprinse in aceste memo-uri. I-am amintit de codul culorilor si cum din perspectiva „albastra” a lui John era foarte importanta aprecierea lui Bob cu privire la munca sa grea si sa-i sustina deciziile pentru a se simti in siguranta. Bob a fost de acord ca John sa continue cu memo-urile, dar l-a conditionat sa sublinieze trei dintre cele mai importante paragrafe, ca si cum Bob ar fi avut doar trei minute din zi pentru a citi aceste notite. Acest compromis i-a tinut pe cei doi in aceeasi echipa castigatoare timp de ani de zile.

Adesea cel mai important blocaj in propria identificare
a „rosilor” este negarea.

Calculati si manipulativi

„Rosii” sunt adesea calculati si manipulativi pentru a putea controla vieti si pentru a-si atinge scopul. „Rosii” nu isi arunca vietile in aer si spera pentru un vant favorabil. Isi creeaza propriul vant si incearca sa forteze viata sa sufle in directia lor.

Am vazut vieti ale unor prieteni apropiati , temporar distruse de catre manipularea dibace a unei personalitati „rosii” nesanatoase. Ca tanar profesionist am lucrat intr-un program de prevenire a consumului de droguri unde seful era un astfel de „rosu”. Multi dintre colegii mei erau fosti consumatori de droguri si si-au destainuit sefului lor multe dintre evenimentele, sentimentele si fricile pe care le intampinau in lupta lor pentru o viata fara droguri. A angajat trei persoane cunoscandu-le trecutul si a utilizat aceste informatii atunci cand aceste persoane cereau prime, avansari sau perspective legate de munca depusa, si care lui nu ii placeau.

Comentarii ca: „Acum inteleg de ce te-a dat afara din casa tatal tau. Erai atat de dispretuitor si atunci cand el iti cerea mici favoruri?” sau „Astepti mereu ceva care sa te faca fericit - intai drogurile si acum mai multi bani.” Erau des intalnite la intalnirile cu acest director.

Lipsa de orientare in relatiile intime

Fara nici o indoiala cea mai mare piedica in fata succesului personalitatilor „rosii”, pentru a putea experimenta o viata de buna calitate, este inabilitatea lor de a fi intimi cu alte persoane. Sunt atat de determinati si de productivi, incat lipsa intimitatii este adesea ignorata sau chiar negata ca fiind un concept important. Daca sunt corectati, ajung eventual sa-si asume rolul de „ingrijitori ai umanitatii”, in opozitie cu un „membru al echipei umane”.

Ca oameni de afaceri, ei pot fi simultan straluciti si brutali. Din pacate aceasta minte calculata reduce adevarata intimitate la o notiune impracticabila, ca si la o posibilitate putin probabila. Un pacient „rosu” a piedut-o pe femeia visurilor sale, deoarece a asteptat sa se casatoreasca pana in momentul exact, pentru el, de reducere a impozitelor. Intimitatea cere egalitate, si un „rosu” cu o minte calculata nu considera ca merita sa lupti pentru egalitate.

„Rosii” se uita probabil mult timp la TV si investesc mai mult timp in munca decat orice alta personalitate. Din pacate si acest lucru ii indeparteaza de problema intimitatii in relatii. Ei au rareori

hobby-uri (asa cum au „albastrii" si „albii") sau prieteni (asa cum au „galbenii"). Sunt pierduti fara cariera lor sau fara familie. Intr-o recenta excursie cu pluta, un „rosu" nu a putut rezista nici trei ore pana sa isi sune sotia sa vada de mai face. Suna foarte romantic, dar realitatea era ca nu au fost despartiti deloc in zece ani de casnicie, si in ciuda faptului ca era cu prieteni apropiati, se simtea pierdut si inconfortabil fara sotia sa in apropiere. Adevarul este ca sta rareori *cu ea* chiar si cand este acasa. Fie munceste constant la o carte sau scrie un articol. Rareori sta doar langa ea. Dar are nevoie de ea. Si avand si ea nevoie de afectiunea lui, participa la jocul lui cu telefonul grijuliu si pare fericita.

„Rosii" sunt primii care iti amintesc ca sunt nerabdatori sa plece de acasa si sa fie pe cont propriu inca de la varsta de 18 ani. Ei sunt, de asemenea, primii care se intorc acasa (fizic sau emotional) si cauta confortul unei familii iubitoare si careia ii pasa. Unii „rosii' vor atrage si ultima picatura de simpatie de pe urma unei boli (in special barbatii „rosii"). Alti „rosii" isi ascund durerea si disconfortul. Aceste comportamente sunt nesincere si egoiste. Ele nu conduc la o intimitate adevarata. Mai degraba lasa un individ „rosu" sceptic si singur.

Acest gol creeaza adesea un individ foarte suparat care crede foarte puternic in neputinta de a cere relatii de calitate. Un pacient de 40 de ani mi-a spus ca nu a invatat niciodata sa iubeasca. Si-a dat seama de acest lucru in timpul sesiunilor de lucru cu fiul sau. Intr-una din aceste intalniri a plans „M-am trezit, in sfarsit la 40 de ani, si am realizat ca nu stiu nimic despre viata si iubire." Aceasta furie vine din fustrarea celor „rosii" de a avea control, mai degraba decat sa-si imparta destinul, si in privinta „rosiilor", isi are baza in insecuritatea lor. Ei vor o relatie de lunga durata, dar se trezesc ca nu sunt in stare sa controleze procesul. Ca rezultat, multi abandoneaza ceea ce isi doresc pentru un mod de viata pe care il pot controla.

Este singuratate in varf,
dar poti manca mai bine.

Limitele „rosilor"

„Rosii" sunt un sir de limitari dinamice. Nu sunt subtili si vagi. Sunt usor de detectat si de inteles. Poate fi greu sa traiesti sau sa lucrezi cu ei, exceptie facand cazurile in care se face totul cum vor ei. „Rosii" sunt adesea impunatori si revendicatori. Se vor certa „pana la ultima picatura". Natura lor egoista reaminteste permanent celorlalte personalitati ca „rosii" se vor considera mereu numarul unu. Sunt adesea insensibili si aroganti, ceea ce creeaza distanta si lipsa de incredere. Intimitatea este, probabil, cea mai putin dezvoltata capacitate a lor. Ca rezultat al naturii lor critice si neplacute, se cearta de pe bazele logicii si sunt capabili sa manipuleze in mod constant. Indivizi cu un grad ridicat de verbalizare, „rosii" ii critica adesea si ii intimideaza pe cei din jur. Ei sunt in mod deosebit vinovati de negare „Cine, eu?". Sunt adesea surprinsi sa afle ca ceilalti il pot vedea intr-o lumina negativa, dar considera ca vina este a celorlalti. Lipsa lor de tact si incapatanarea tind sa expuna un individ frustrat, care infloreste in pozitii de putere si control, si totusi se micsoreaza cand este vorba de viata sociala. In permanenta procesand un nou gand, acesti indivizi, adesea sclipitori, trebuie sa fie in permanenta constienti de limitele lor pentru a nu se feri pe ei insisi de experienta unei vieti de calitate.

Calitatile „rosilor"

„Rosii" sanatosi sunt esenta umanitatii. Ei sunt cei care muta si zgaltaie societatea. Sunt cunoscuti pentru natura lor dominatoare. Ei sunt liderii puternici si delegatii responsabili. Personalitatile „rosii" pot fi un bun de pret al unei organizatii. Ei se bucura de competitii si provocari. Apeleaza foarte usor la forta interioara pentru propria motivare si directionare.

„Rosii" se concentreaza mai bine cand isi stabilesc scopuri si cu tenacitate se subordoneaza acestora (se subordoneaza si organizatiilor, persoanelor sau cauzelor pe care ei le valorizeaza). Ei valorizeaza productivitatea si succesul, si platesc de buna voie pretul pentru ambele. Ei apreciaza lucrul in echipa, la acelasi nivel ca si individualismul. „Rosii" promoveaza cele mai multe aspecte ale vietii cu incredere in sine si tenacitate. Ei amintesc in permanenta de faptul ca puterea deriva din gandirea rationala si comunicarea pozitiva. Ei sunt standardul dupa care noi ne masuram curajul in

gandire. E modeleaza acele calitati de lider pe care noi incercam sa le trecem. „Rosii” reprezinta focul folosit de teoreticienii timpurii pentru a explica teoria naturii. Luminile lor continua sa rada stralucitor ca un semnal luminos al tariei si productivitatii, incalzindu-ne si reasigurandu-ne de natura lor plina de resurse si protectiva.

Pentru „rosii” a castiga nu este totul,
este singurul lucru.

Calitatile „Rosiilor”

Ca individ:

- Exceleaza in gandirea logica
- Este dedicat unui mod de viata productiv
- Dinamic si direct
- Tinde catre independenta
- Lider innascut
- Plin de resurse (puternic supravietuitor)
- Creativ in situatii de criza

Ca persoana care comunica:

- Opereaza intr-o maniera foarte logica si sensibila
- Direct si onest in ce priveste opiniile
- Isi verbalizeaza bine gandurile
- Directioneaza conversatia intr-un sens productiv si pragmatic
- Le spun celorlalti pozitia lor intr-o relatie

Ca persoana care fixeaza tinte/scopuri:

- Este innascut din acest punct de vedere – fixeaza tinte intr-un mod confortabil si sigur
- Mentine un puternic simt al perspectivei (vede intreaga imagine)
- Foarte disciplinat
- Foarte productiv
- Ia decizii rapid si usor
- Orientare puternica catre scop (vrea sa urce cat mai sus pe scara)

Ca persoana de cariera:

- Tinde catre pozitii de lider
- Confortabil cu puterea (atata timp cat el/ea o detine)
- Excelent organizator
- Foarte bun delegat/reprezentant
- Rapid in luarea deciziilor si bun manuitor al resposabilitatilor
- Se motiveaza singur
- Tinde catre competitie
- Dinamic si insistent
- Orientat catre sarcina si eficient
- Increzator in abilitatea de a reusi
- Are incredere in propriile instincte in afaceri – dificil de descurajat

Ca parinte:

- Foarte bun in luarea deciziilor
- Indiscutabil lider in casa
- Isi asuma responsabilitati pentru protejarea familiei
- Un excelent furnizor
- Rapid in ce priveste un sfat bun sau directionarea
- Promoveaza coeziunea grupului sau confortul de a fi singur
- Promoveaza activitatile copiilor

Ca si copil:

- Spune ceea ce gandeste
- Foarte vorbaret
- Simt al independentei foarte puternic
- Dispus sa riste si sa incerce noi experiente
- Preia comanda cand parintii nu sunt acasa
- Capabil sa dea inapoi intr-un mediu negativ
- Are puterea de a schimba radical o situatie neinsemnata
- Crede in sine – are o mare incredere in sine

Ca prieten:

- Direct si rapid in ce priveste sugestiile
- Foarte bun in situatii de urgenta sau dezastre
- Promoveaza activitatile de grup
- Se angajeaza in conflicte direct si confortabil
- Productiv in rezolvarea problemelor

Ca partener de viata:

- Foarte protector
- Loial relatiei
- Promoveaza experiente interesante
- Isi asuma responsabilitatea pentru nevoile financiare
- De incredere si pe care te poti baza
- Initiaza intalniri si activitati

Cariere de care pot fi atrasi „rosii”:

- Administrator
- Politist
- Ofiter in armata
- Politician
- Intreprinzator
- Avocat
- Medic
- Contabil

- In afaceri imobiliare
- Critic profesionist
- Antreprenor in constructii
- Vanzator

- In marketing
- Preot
- Supraveghetor de scoala

Nota: „rosii” sunt condusi in mod natural catre succes, in cariera.

Desigur, toate tipurile de personalitate pot fi regasite in toate ocupatiile, datorita numeroaselor variabile in fiecare cariera.

Personalitati care par a fi „rosii”

Hillary Clinton: tenace si sigura pe propriile abilitati, ea ignora public afirmatiile legate de infidelitatea sotului. Motto-ul ei pare sa fie: „Doar du-ma la Casa Alba, Bill, unde pot face ceva important, si apoi mai vorbim.”

Preotul Billy Graham: cand a fost pentru prima oara in Rusia sa vorbeasca despre Dumnezeu, cineva i-a amintit ca toti de acolo sunt comunisti (si astfel atei). Auzind acestea mandru a spus: „Cand voi termina, nu vor mai fi.” Si plin de incredere le-a transmis mesajul crestinitatii.

Madonna: Ce nu am vazut deja? Si totusi continua sa se promoveze cu o pasiune pe care nu o poti ignora.

Natiuni „rosii”

- China
- Japonia
- Germania

Limitele „Rosiilor”

Ca individ:

- In general incearca sa isi serveasca siesi („eu ce castig din asta?”)
- Promoveaza harababura si conflictul atunci cand este vorba de un interes personal
- Nu-si cunoaste propriile trairi
- Realizeaza si neaga propriile esecuri
- Crede ca are intotdeauna dreptate
- Nu se poate relaxa sau simti confortabil decat daca produce ceva
- Adesea arogant si sfidator fata de autoritati
- Nepoliticos fata de sentimentele altora (egoist)
- Nu va recunoaste frica de a pierde puterea si controlul

Ca persoana care comunica:

- Lipsit de emotii si detasat de sentimente

- Insensibil si fara tact
- Nu apreciaza detaliile si frumusetea
- Plictisit de sporovaiala inutila
- Intuitia este surmenata de propria insecuritate si judecata
- Dur si critic
- Lipsa abilitatii de a imparti intimitatea

- Prost ascultator

Ca persoana care fixeaza tinte/scopuri:

- Nerabdator in atingerea scopurilor
- Prea rigid in privinta perspectivelor vietii
- Traieste mai viata mai degraba pe hartie, decat cu oamenii
- Incurajeaza cantitatea, in defavoarea calitatii
- Se supara usor daca scopurile nu sunt atinse sau sunt blocate
- Ii invinovateste pe altii pentru propriile esecuri

Ca persoana de cariera:

- Cauta puterea pentru a-i putea controla pe ceilalti
- Refuza sa se relaxeze – se conduce pe sine si pe ceilalti
- Nu ii place sa i se spuna ce are de facut
- Poate fi insensibil fata de altii pentru a putea promova in afaceri
- Ia decizii prea repede
- Adesea nu se gandeste prea mult la problema si nu-i consulta si pe ceilalti
- Mai putin preocupat de oameni si mai mult de indeplinirea sarcinii
- Cere celorlalti loialitate si supunere
- Nu face compromisuri si este autoritar
- Critic fata de altii, nu face complimente prea des
- Adesea prea competitiv pentru a savura competitia

Ca parinte:

- Se asteapta la performante ridicate fara a oferi ajutor
- Vrea supunere stricta
- Vrea loialitate din partea familiei cu orice pret
- Insensibil la temerile si problemele copiilor
- Are pretentia la ultimul cuvant in luarea deciziilor importante
- Detasat fata de copii – nu se „impartaseste"emotional
- Nu accepta deviatiile de la asteptarile fixate de el
- Stabileste granite dure si limitate
- Prost ascultator
- Nerabdator cu joaca si alte lucruri neesentiale
- Nu „citeste" nevoile emotionale ale copiilor
- Greu de multumit – ramane neimpresionat
- Un simt puternic de bine si rau – necajeste copilul cand acesta a gresit

Ca si copil:

- Cheltuie multa energie pentru a-si manipula parintii
- Adesea sfidator
- Rezista controlului – simte ca stie mai multe decat parintii
- Critic la adresa parintilor
- Lupta constant cu fratii pentru control si putere
- Inconstient ascunde insecuritatea si nevoile emotionale
- Distantat si rece fata de familie
- Foarte independent - le cere celorlalti sa-l amuze
- Pretentios – parintii nu fac niciodata ceva cum trebuie

- Face greu complimente
- Dramatic si suprareactiv la durere
- Asteapta sa fie servit, mai ales cand este bolnav
- Prost ascultator

Ca prieten:

- Insensibil si lipsit de emotii
- Nu-i place sa admita ca are nevoie de prieteni
- Nu isi impartaseste sentimentele
- Intra intr-o relatie intreband „eu cu ce ma aleg?”
- Asculta doar cand are interes
- Pastreaza doar prieteniile rationale
- Incearca sa controleze activitatile de grup
- Se asteapta ca prietenii sa faca lucrurile asa cum vrea el
- Nerabdator cu altii
- Negativ si critic cu altii
- Crede ca este mult mai important sa aibe dreptate decat sa fie placut
- Violent cand este enervat
- Plictisitor
- Se asteapta sa fie amuzat pana la inceperea actiunii
- Incapatanat
- Neaga orice nepotrivire sau responsabilitate

Ca partener de viata:

- Interesat mai intai de propria multumire
- Da prioritate carierei, in defavoarea relatiilor personale
- Pretentios si arogant
- Ascunde insecuritatea
- Critic la adresa imperfectiunilor partenerului de viata
- Lipsa de sensibilitate
- Asedea refuza pozitia prioritara a intimitatii intr-o relatie
- Prost ascultator

Cum sa interactionam cu „Rosii”

Ce sa faci:

1. sa prezinti problemele logic

2. sa pretinzi atentia si respectul lor
3. fa-ti temele!
4. fii direct, concis si specific in conversatie
5. fii productiv si eficient
6. ofera-le oportunitati de lider
7. verbalizeaza-ti sentimentele
8. sprijina natura lor categorica
9. promoveaza motivele lor inteligente
10. fii pregatit cu fapte si figuri
11. respecta nevoia lor de a lua decizii in modul lor

Ce sa nu faci:

1. sa nu-i imbratisezi in fata altora
2. sa nu te certi plecand de la o problema emotionala
3. nu folosi intotdeauna o apropiere autoritara
4. nu utiliza pedeapsa fizica
5. nu fii incet si indecis
6. nu astepta o relatie personala si intima
7. nu le ataca personalitatea
8. nu lua personal argumentele lor
9. nu astepta ca ei sa-ti ceara parerea
10. nu le cere constant interactiune sociala

Sugestii pentru „Rosii"

1. leaga-te de ceilalti emotional si social. Ii motiveaza sa fie mai drepti si cooperanti cu tine in indeplinirea sarcinilor.
2. pretuieste si incurajeaza tot ce este pozitiv in ceilalti, si astfel ii ajuti sa se centreze pe prioritati. Atitudinile si comportamentele negative sau critice pot crea la frica, si conduc oamenii catre crize si reactii.
3. relaxeaza-te. Roma nu a fost construita intr-o zi. Daca esti prea pretentios cu tine insuti sau cu ceilalti nu ajungi la calitate sau incredere.
4. fixeaza-ti teluri pe care le poti cu ajutorul puternicei tale discipline. Fixeaza teluri diferite si foloseste diferite stiluri cand ai de-a face cu grupuri.
5. evita sa-i invinuiesti pe altii pentru neindeplinirea obligatiilor, care este de fapt o reactie naturala a „rosilor" in situatii de criza.
6. gandeste-te bine la problemele tale si accepta sfatul altora cand iti organizezi viata. „Rosii" pot lua decizii pripite si pot ignora nevoile celor afectati.
7. realizeaza ca nu le poti face pe toate. Fii deschis sugestiilor. Brainstorming-ul impreuna cu altii va duce la economisirea timpului si la imbunatatirea moralului cerorlalti.
8. fii atent la impunerea cerintelor tale pe cheltuiala celorlalti. Nu vrei ca ei sa simta ca nu si-au urmarit propriile scopuri.

„Piscina genelor tale ar necesita putin clor."

Capitolul 6

ALBAŞTRII:
BUNII SAMARITENI

"Viața nu poate dărui nimănui
o răsplată mai valoroasă
decât aprecierea sinceră
şi încrederea unui prieten albastru,
fie ca şef, sau membru de familie"

Emoționali şi admirați

Albaştrii sunt deseori cea mai admirată personalitate. Ei sunt reprezentanții virtuților către care aspirăm: onestie, empatie, sacrificiu de sine, loialitate, sinceritate şi disciplină. Ei par să aibă aceste virtuți în mod natural ceea ce le dă o imagine de oameni drepți şi le atrage respectul celor din jur.

Albaştrii apreciază creativitatea, relațiile serioase şi reuşita disciplinată. Au opinii în orice domeniu şi reprezintă o competiție dură pentru orice altă personalitate deoarece îşi bazează toate opiniile pe emoții şi pe principii morale. Deşi albaştrii pot fi logici, ei răspund mai degrabă la o abordare emoțională.

Pentru albaştrii, viața emoțională este o sabie cu două tăişuri. Pe de o parte ei sunt darnici şi sensibili iar pe de alta pot fi neiertători şi hipersensibili. O afirmație comună a pacienților albaştrii este "emoțiile mele m-au controlat toată viața". Poate că vulnerabilitatea lor stă tocmai în această emotionalitate deosebită, ei îşi doresc atât de mult să fie iubiți căutând înțelegerea altora încât uită să se înțeleagă pe ei înşişi.

Depresia este destul de obişnuită la albaştrii. Exemplul următor (extrem) extras dintr-un jurnal al unui pacient ilustrează modul în care albaştrii îşi exprimă frustrarea față de acceptarea comportamentului celorlalți datorită aşteptărilor nerealistice şi a standardelor lor de neatins:

"*La Multi Ani mie. Îl urăsc pe Jason [soțul meu], mă urăsc pe mine însămi. Îi urăsc pe toți, dar mai ales urăsc să trăiesc. Sunt atât de furioasă şi plină de amărăciune încât simt că nu pot să mai trăiesc, este prea neplăcut. Nu există nici o bucurie – nici o speranță. Simt doar amărăciune şi ură față de a trăi, chiar şi fața de Dumnezeu pentru că lucrurile sunt atât de groaznice. Nu-i suport nici măcar pe cei care vor să mă ajute şi să mă sprijine. Aş vrea să pot să fug de toți şi de toate. Dar, desigur, asta nu ar îmbunătăți lucrurile cu nimic.*

Pur şi simplu nu văd cum aş putea să evit această bucată din viața mea. Poate dacă m-aş umili şi m-aş ruga pentru ceva linişte aş primi-o, dar sunt prea furioasă să fac până şi asta. Sunt furioasă pe Dumnezeu! Sunt furioasă pe Iisus! Sunt furioasă pe părinții mei! Sunt furioasă pe copiii mei! Sunt

furioasă pe mine însămi! Şi îl urăsc pe Jason! Cred că mi-ar plăcea să i se întâmple ceva rău. Dar apoi aş fi furioasă ca nu are asigurare de viaţă. Probabil că tot eu aş fi obligată să-i plătesc înmormântarea.

Pur şi simplu urăsc totul. Aş vrea să pot să mor, dar nu pot şi şi asta mă înfurie. Sunt furioasă că viaţa este atât de nenorocită şi nu exista nici o cale de ieşire. Aşa că voi fi furioasă în continuare pentru că nu văd alte opţiuni viabile. Dar vreau să fiu foarte clară despre un lucru: VIAŢA E GROAZNICĂ ŞI O URĂSC PE TOATĂ!!!!!

M-am săturat să fiu "RESPONSABILĂ" pentru toate – chiar şi de copii. Aş vrea să mă bage cineva într-un ospiciu ca să aibă altcineva grijă de mine şi să nu mai am nici o răspundere. Atunci nu ar mai trebui să am grijă de copii sau de nimeni – sau să-mi fac griji din cauza facturilor lui Jason. Îl urăsc! Urăsc totul! Viaţa pare atât de nedreaptă. Nu vreau nimic din toate astea. Nu vreau să mă dezvolt, să progresez sau să devin mai puternică.

Vreau să fiu lăsată în pace de toată lumea – inclusiv de Dumnezeu! Nu vreau ca nimeni să mai aştepte ceva de la mine pentru că m-am săturat sa fiu capabilă. Sunt sătulă de oameni care să-mi spună cât de bine îmi merge. Sunt sătulă de toată situaţia asta nenorocită. De fapt sunt sătulă şi să scriu gunoaiele astea depresive, aşa că la revedere."

Mai târziu pacienta respectivă nu mai resimţea furia exprimată în jurnal. În loc sa se simta penibil vis-a-vis de cele scrise acolo, râdea în timp ce le prezenta. Câteva zile după aceea pacienta relata " *Nu pot să cred. Mă simt exact ca atunci când scriam cuvintele acelea. Ce nu-i în regulă cu mine? Simt că-mi pierd minţile!*" De fapt ea nu-şi "găsise" niciodată minţile (prin gândire logică). Ea era victimizată de o viaţă emoţională incontrolabilă.

Albaştrii pot avea şi o viaţă emoţională sănătoasă şi pozitivă. Ei investesc foarte mult emoţional în evenimentele importante pentru ei. Nunţile, paradele şi zilele de naştere sunt motiv de sărbătoare, dar albaştrii văd dincolo de aceste evenimente şi reflectează asupra vieţii lor şi a celor implicaţi. Se gândesc la propriile lor nunţi şi la ce înseamnă să iubeşti. Ei "îşi fac timp" pentru a savura momentele importante din viaţă.

Angajaţi şi loiali

Viaţa este pentru albaştri o serie de angajamente. Angajamentul faţă de o relaţie este probabil una din cele mai mari calităţi ale lor. Se bucură de intimitate şi sacrifică de bună voie realizări personale în favoarea relaţiei. Albaştrii se dăruiesc total în relaţiile pe care le consideră valoroase.

Sunt persoane de încredere şi consideră o promisiune verbală la fel de importantă ca un contract scris. Se mândresc cu faptul că sunt capabili să menţină relaţii de lungă durată. Această trăsătură admirabilă de loialitate face ca albaştrii să aibă relaţii mult mai "bogate" decât orice altă personalitate. Albaştrii rămân angajaţi şi la bine şi la rău, angajament de o profunzime adeseori subestimată. Un exemplu elocvent în acest sens este o pacientă pe nume Jenny. Ea nu s-a înţeles niciodată bine cu mama ei în copilărie. De fapt s-a luptat să menţină o relaţie civilizată în ciuda încercărilor constante ale mamei ei de a o sabota. Mama ei a umilit-o prin porecle sau batându-şi joc de ea din cauza lipsei ei de succes cu băieţii în adolescenţă. În ciuda favoritismului clar pe care mama ei le-a afişat faţă de fraţii şi surorile ei mai mari, Jenny a fost singurul dintre copii care şi-a asumat imensa responsabilitate de a o îngriji pe mama invalidă în ultimii ei ani de viaţă.

Jenny a căutat consiliere psihologică pentru a-şi menţine curajul de a o înfrunta pe această femeie cu care s-a luptat ani de zile. Jenny a rămas la patul mamei ei în ciuda abuzurilor ei verbale şi lipsa aprecierii până aceasta a murit. Ar fi vreo altă personalitate capabilă de un astfel de devotament total ?

Perfecţionişti

Albaştrii sunt de obicei perfecţionişti. Albaştrii sunt foarte critici atât cu ei înşişi cât şi cu ceilalţi. Au aşteptări atât de nerealistice încât nu se pot satisface niciodată şi nici ceilalţi nu pot să atingă nivelul de

excelență cerut. Din acest motiv ei sunt foarte dificili ca părinți sau şefi. Ei îşi doresc cu adevărat ca lucrurile să fie făcute bine. Din păcate însă acest "bine" este definit de ceea ce ei doresc a fi făcut şi de cum doresc *ei* să fie făcut.

"Albaştrii sunt personalitatea care are cea mai mare nevoie de a deține controlul
Ei sunt deosebit de conectați la viața pe care o duc
şi de multe ori par a fi de neoprit din punct de vedere emoțional,
de parcă ar avea o misiune divină."

Albaştrii sunt de obicei sceptici în ceea ce priveşte talentul lor creativ. Sunt atât de perfecționişiti încât îşi ascund adeseori abilitățile deoarece se tem că nu ar fi suficient de buni. Acest fapt este regretabil pentru că albaştrii sunt atât de talentați încât sunt probabil cea mai creativă personalitate. Totodată ei sunt foarte nesiguri şi se tem de posibilitatea respingerii dacă îşi afişează talentul şi creativitatea demne de invidiat.

Foarte pretențioşi

Albaştrii întâmpină deseori dificultăți în comunicarea verbală eficientă şi în consecință ceilalți habar n-au care sunt aşteptările lor reale şi cum să le îndeplinească. Şi nici cunoaşterea lor nu este neapărat de ajutor, pentru că sunt atât de nerealistice încât necesită o investiție mult mai mare decât cea la care sunt dispuşi ceilalți. Exemplu sunt părinții care cer de la copii lor să aibă exclusiv note de 10, o cameră impecabilă şi în general să îşi indeplinească toate îndatoririle corect şi la timp în fiecare zi. Ei confundă prioritățile şi nu reuşesc să realizeze o abordare mai rațională care să fie mult mai sănătoasă şi productivă. Ca şefi cer un angajament total al timpului şi talentului față de companie. Ei aşteaptă excelență chiar şi în îndeplinirea unor proiecte care nu o necesită. Ei nu spun ceea ce îşi doresc dar prin cred în mod magic că toți ceilalți gândesc la fel ca ei şi vor produce aceleaşi rezultate.

Albaştrii nu prea se descurcă să împartă răspunderea. Ei stau peste ceilalți ca o cloşcă pentru a evita greşelile. Această protecție este intenționată ca afecțiune, de fapt este doar neîncredere. Ei nu realizează că îşi sufocă astfel subordonații şi că le dau impresia că sunt spionați. Iar pentru că albaştrii sunt de obicei hipersensibili la critici şi sunt bine intenționați nu li se spune adevărul ci de obicei toată lumea se poartă cu ei "cu mănuşi".

Disciplinați şi stabili

Un albastru probabil că a scris sloganul "Dacă o treabă se merită făcută, atunci se merită făcută bine". Disciplina este o trăsătură de bază a personalității albaştrilor. Această continuă exersare a disciplinei aduce stabilitate şi ordine în viețile lor. Ei sunt cei care ne dau un sentiment de siguranță şi la rândul lor se dezvoltă de minune în medii în care securitatea este promovată şi întreținută.

Se sacrifică şi oferă sprijin

Cu mici excepții albaştrii se gândesc mai întâi la alții şi aduc dragoste în viața celor cu care au relații. Ei adoră să slujească, să facă ceva pentru alții le aduce o satisfacție imensă. Întotdeauna caută un sens în viețile lor. Ei vor să simtă că au trăit pentru ceva mai mult decât pur şi simplu pentru a câştiga un salariu sau pentru a schimba un scutec.

Neiertători şi ranchiunoşi

În mod ironic, albaştrii oferă mai mult decât orice altă personalitate dar iartă cel mai puțin. Spre exemplu este destul de simplu să identifici albaştrii într-un public, este suficient să intrebi cine îşi mai aduce aminte de toate lucrurile rele care li s-au intamplat la grădiniță, albaştrii vor ține minte întotdeauna. Roşii nu țin minte, ei s-au răzbunat deja punând pioneze pe scaunul educatoarei,

galbenilor li s-a părut că este amuzant şi s-au bucurat de atenție fie că a fost bună sau rea şi albii nu sunt siguri dacă au fost sau nu la grădiniță aşa că ce e de adus aminte?

Una din slăbiciunile cele mai nesănătoase ale albaştrilor este să poarte pică. Acest fapt mergând mână în mână cu memoria lor excelentă. Albaştrii pot deveni atât de obsedați de răzbunare încât preferă comportamente chiar umilitoare decât să lase lucrurile aşa cum sunt.

Îngrijorați şi vinovați

Albaştrii îşi fac griji despre orice. Tot acest exces de îngrijorare îi face disponibili la un nivel scăzut de acțiune pe zi. Spre exemplu o pacientă credea că are de luat o decizie majoră, anume dacă să plece pe coasta de est pe 11 Iunie pentru a-şi vizita familia sau să meargă într-o excursie gratuită cu biserica împreună cu soțul ei. Ea nu ştia dacă să stea acasă şi să se pregătească de calătoria pe coasta de est sau să meargă în excursie. Îi era foarte frică că, copiii ei ar devasta casa în timp ce ea este plecată (şi vorbim de gemeni de 25 de ani). Albaştrilor nu le place să fie "grăbiți" prin viață, indiferent de calitatea evenimentelor prin care sunt grăbiți. A-şi face griji pentru alții în loc să se implice în activități proprii este o problemă reală pentru albaştrii.

Grijile şi vinovăția marchează viața majorității albaştrilor. Deseori ei nu văd că motivele lor reale pornesc din sentimente de vinovăție.

Plini de bun simț şi sinceri

Albaştri apreciază cultura şi bunele maniere. Ei îşi atribuie responsabilitatea şi rolul de a fi "câinii de pază" ai bunelor moravuri în societate. Sunt ascultători şi supuşi față de lege şi autoritate. Albaştrii cred că societatea are nevoie de structură şi de disciplină pentru a funcționa bine. Ei caută întotdeauna să păstreze demnitatea şi calitatea vieții umane.

Nici o altă calitate nu-i descrie pe albaştrii mai bine decât sinceritatea lor. Una din experiențele extraordinare ale vieții este să câştigi şi să te bucuri de încrederea lor.

Responsabili şi dedicați

Albaştrii au o puternică etică a muncii iar viața lor este plină de "responsabilități necesare" care le lasă foarte puțin timp pentru joacă spontană. Joaca este văzută de albaştrii ca fiind frivolă şi neproductivă. Albaştrii invidiază liniştea şi lipsa de griji cu care galbenii trec prin viață. Ei consideră acest fapt ca fiind nedrept şi-şi doresc ori ca celelalte personalități să se bucure mai puțin de viață sau ca ceilalți să le recunoască meritele mai mult.

Temperamentali şi complecşi

O altă caracteristică specifică albaştrilor este schimbarea stării emoționale. Ei nu se trezesc niciodată veseli sau trişti. Trebuie să se gândească mai intâi. Dacă sunt veseli sau trişti este pentru că aleg să fie. Par să nu poată accepta pur şi simplu o emoție fără a-şi asuma întreaga răspundere pentru alegerea ei. Albaştrii sunt indivizi foarte complexi cu multe extreme. Sunt sensibili, tensionați, grijulii, critici, darnici si neiertători in acelaşi timp. Se axează mai degrabă pe partea emoțională decât pe cea rațională. Cu toate acestea se fac deseori vinovați de rigiditate emoțională. Cu alte cuvinte ramân blocați in rutine emoționale. Işi pierd perspectiva şi se trezesc neînțeleşi. Incapabili să-şi exprime sentimentele, albaştrii consumă şi mai multă energie în relații frustrante ca să obțină intimitatea necesară pentru a simți că viața are sens. Uneori energia investită este benefică, alteori distructivă. Complexitatea albaştrilor ii frustrează pe aceştia la fel de mult ca şi pe cei care interacționează cu ei. Poate aşa se explică de ce albaştrii sunt critici atât cu ei cât şi cu ceilalți.

Moralişti şi nesiguri

Fiecare personalitate are partea ei de nesiguranță. Totuşi niciuna nu o exprimă făţiş la fel ca albaştrii. Albaştrii au o personalitate puternică. Işi expun părerile deşi uneori doar în cadru foarte intim. Au sisteme de valori si credințe foarte puternice. Totuşi, sunt măcinați de sentimente de vină, aşteptările lor nerealistice sunt cauzate de atitudinea lor perfecționistă şi de scepticism. Deseori sunt prinşi între dorința de implicare şi teama de eşec. Această nesiguranță este complicată şi mai mult de atitudinea lor morală. Spre deosebire de aroganții roşii, albaştrii îşi reamintesc pentru sine ce nefericit este faptul că alții trebuie să rămână atât de ignoranți. Ei privesc lumea cu suspiciune. Aceasta tinde să dea albaştrilor o natură pesimistă. Si-ar dori ca altora să le pese suficient încât să adopte perfecționismul lor. Sunt frustrați când realizează că mulți preferă să accepte viața decât să o modifice. Moralitatea nu încurajează intimitatea ci mai degrabă distanța emoțională şi dezamăgirea.

Limitările albaştrilor

Cei mai mari inamici ai albaştrilor sunt probabil ei inşişi. Atitudinea lor morală este mai mult o mască pentru nesiguranță profundă. Sunt deseori prea emoționali şi critici pentru a se bucura de intimitate. Se deprimă constant pe ei şi pe ceilalți cu aşteptări nerealiste de perfecțiune. Lipsindu-le încrederea, sunt sceptici si suspicioşi. Albaştrii rămân deseori cinici, ranchiunoşi şi neiertători față de cei care i-au dezamăgit. Vina şi grijile copleşitoare îi fac să se închidă în ei căutând mângâiere la singurii care îi înțeleg cu adevărat – ei înşişi. Sunt temperamentali şi consideră postura de lider o veritabilă dilemă. Albaştrii nu sunt în general jucăuşi sau spontani. La supărare sunt personalitatea cea mai înclinată să creadă că “ Viața e groaznică şi pe urmă mori”. Deseori nu reuşesc să vadă şi partea pozitivă a vieții. Albaştrii se înfurie când alții îi acuză că sunt iraționali şi rigizi emoțional în relații. Albaştrii exemplifică faimoasa zicală a lui Pogo “ Am întâlnit duşmanul si duşmanul suntem noi”.

Calitățile albaştrilor

Albaştrii sunt fermi, disciplinați şi rezistenți. Ei oferă cultură, frumuseţe şi securitate emoțională. Albaştrii iubesc cu pasiune. Relațiile intime şi realizările creative sunt mai valoroase pentru ei decât posesia materială. Aduc cultură şi decența în familie şi în societate. Apreciază experiențele productive şi se simt cel mai bine în medii creative. Vor să aibă un scop în viață şi sunt dispuşi să sacrifice confortul personal pentru realizări şi mai importante. Sunt indivizi foarte dedicați. Loialitatea față de oameni şi sinceritatea în relații sunt caracteristicile lor specifice. Cred in orice cauză care poate aduce o calitate mai mare experienței umane. Ascultă cu empatie şi căldură, vorbesc emoțional şi cu pasiune. Albaştrii apreciază cu adevărat relațiile cu oamenii şi se bucură de realizările altora. Cu perfecțiunea ca ghid, ei luptă să-şi atingă tot potențialul. Aşteaptă acelaşi lucru de la semenii lor. Obedienți, ei acceptă nevoia de autoritate şi îşi folosesc energia în sprijinul legii şi al ordinii. Sunt în esență forța care ține societatea unită. Albaştrii dau exemple pozitive prin modul în care îşi organizează viața, preferând relațiile personale şi realizările calitative. Ei adaugă ceva special prin felul în care se dedică celorlați.

Calitățile albaştrilor

Ca individ

- priveşte viața ca pe o obligație serioasă
- apreciază frumusețea şi detaliul
- are un puternic simț estetic
- stabil şi de încredere
- sincer şi profund emoțional
- analitic
- au rezultate deosebite

- are un profund simț de răspundere

Ca partener de discuție

- capabil să se bucure de conversație sensibilă şi profundă
- are o mare capacitate de empatie
- îşi aminteşte sentimentele şi gândurile exprimate în conversație
- dispus să ofere timp pentru desfăşurarea normală a conversației
- preferă grupurile mici

Ca stabilire a scopurilor

- foarte disciplinat
- receptiv la sugestiile altora
- foarte orientat către țeluri
- îşi planifică bine şi îşi urmează exact planul stabilit

Ca viață profesională

- excelent executant "din umbră"
- îşi respecta angajatorul datorită poziției acestuia
- apreciază detaliul şi planificările
- receptiv la creativitatea celorlalți
- investesteşte mai mult decât i se cere sau se aşteaptă de la el

Ca părinte

- încurajează dezvoltarea intelectuală a copiilor
- excelent în educarea copiilor
- foarte perceptiv
- empatic şi sensibil
- dedicat sincer copiilor
- excelent în relații pe termen lung
- păstrează casa curată şi plăcută
- caută sincer să înțeleagă comportamentul copiilor
- se sacrifică pe sine

Ca şi copil

- bine–crescut
- uşor de disciplinat verbal
- preocupat de a fi un bun membru al familiei
- sensibil şi preocupat de ceilalți membri ai familiei
- loial parinților şi rudelor indiferent de calitatea relației cu aceştia
- caută oportunități pentru dezvoltare intelectuală

Ca prieten

- loial pentru totdeauna o data ce relația s-a format
- preocupat sincer de binele altor persoane
- îşi aminteşte zilele speciale şi organizează sărbătorirea

- încurajator în momentele dificile
- dispus să dedice timp relației

Ca partener de cuplu

- oferă prioritate relației în fața oricărei alte activități
- apreciază intimitatea şi îi dă prioritate
- ține cont întâi de partener în luarea deciziilor
- aduce o mare contribuție la mersul relației

Profesiile cele mai atractive pentru albaştrii

- profesor
- constructor
- psiho-terapeut
- programator pc
- muzician
- bancher
- cleric
- contabil
- politician
- arhitect
- soră medicală
- inginer
- bibliotecar
- jurnalist
- tâmplar
-

Nota: Albaştrii sunt cei mai adaptabili din punct de vedere profesional

Personalități "albastre"

- Abraham Lincoln: renumit pentru corectitudinea sa, el a căutat cea mai nobilă cale, de care să beneficieze toți dacă este posibil. Adevărul a fost principiul său călăuzitor în relațiile sale personale şi profesionale.
- Prințesa Diana: întotdeauna îmbrăcată potrivit ocaziei, se prezenta cu demnitate şi clasă. Emoțiile i-au controlat viața şi s-a prezentat vulnerabilă în viața publică câştigând simpatie şi sprijin pentru ea şi cauzele sale.
- Walt Disney: un geniu creativ, a iubit procesul mai mult decât scopul final şi plăcerea desenului şi detaliile

State albastre

- Statele Unite
- Anglia
- Danemarca

"Dacă iubeşti pe cineva, lasă-l liber
Dacă se întoarce, e al tău
Daca nu, prinde-l şi omoară-l"

Limitele albaştrilor

Ca individ

- foarte emoţional
- încrezut şi moralist
- vor să deţină controlul şi sunt invidioşi pe succesul prea uşor obţinut al altora
- perfecţionişti şi orientaţi spre performanţă
- se abuzează verbal

Ca partener de discuţie

- are opinii rigide pe multe teme
- tinde să facă morală şi să se repete
- are principii rigide şi nu este dispus să negocieze
- se teme de expunerea sa în conversaţie
- discută mai ales din perspectivă emoţională
- aşteaptă de la ceilalţi să fie sensibili şi profunzi
- se aşteaptă să i se cunoască părerile şi sentimentele de către ceilalţi

Ca stabilire a scopurilor

- are ţeluri nerealiste
- se descurajează uşor când are un insucces
- îl frustrează uşor lipsa cooperării în echipă
- se aşteaptă să îi fie înţelese ţelurile şi acestea să devină o prioritate pentru ceilalţi

Ca viaţă profesională

- consideră că nimeni nu poate face lucrurile la fel de bine ca el
- doreşte siguranţă în carieră
- se simte inadecvat faţă de talentele native şi creativitate
- evită expunerea publică şi performanţa
- are aşteptări nerealiste pentru sine şi ceilalţi
- tinde să exagereze cu planificarea şi pregătirea
- critică munca sa şi a celorlalţi
- se încarcă cu mai mult decât poate duce

Ca părinte

- acuză copiii că nu-i apreciază eforturile
- poate fi temperamental şi imprevizibil
- îl irită uşor greşelile altora
- de obicei iubeşte menţinând controlul asupra copiilor
- tinde să atribuie doze mari de vină copiilor
- îi lipseşte capacitatea să se relaxeze
- are nevoie de un scop pentru a se juca
- îşi controlează şi protejează exagerat copiii
- prea strict în aşteptări
- curăţenia este o prioritate

- acceptă sentimente de vină prea uşor
- îi lipseşte spontaneitatea
- îşi frustrează copiii cu aşteptări nerealiste
- prea sigur de ce e bine şi ce e rău

Ca şi copil

- uşor de frustrat
- se simte vinovat pentru probleme minore
- temperamental şi emoţional
- îi sunt rănite uşor sentimentele
- se martirizează şi îşi plânge soarta

- stima de sine depinde de influenţe externe
- are probleme în a se relaxa şi deseori se simte inconfortabil
- reprimă afecţiunea dacă e înfuriat
- aşteaptă iniţiativa părintelui şi apoi critică sugestiile inacceptabile

Ca prieten

- foarte nesigur în ceea ce priveşte acceptarea şi aprobarea
- se simte respins foarte uşor
- când e deprimat consideră că e obligaţia prietenului să înţeleagă
- poate fi răzbunător şi cinic dacă este înşelat sau rănit emoţional
- critic la adresa principiilor sau activităţilor prietenilor dacă nu sunt similare cu ale sale
- aşteaptă loialitate constantă din partea prietenilor
- doreşte ca prietenii sa comunice mai des
- e rar jucăuş şi spontan

Ca partener de cuplu

- acuză pe alţii pentru nefericirea sa
- pretinde afecţiune şi intimitate
- pretinde timp şi atenţie din partea partenerului
- manipulează pentru a obţine sprijin şi înţelegere
- nu are încredere în partener
- nu iartă neînţelegerile şi greşelile din trecut
- dependent de partener
- reprimă sentimentele când se teme de respingere

Cum să interacţionezi pozitiv cu Albaştrii

Ce e bine să faci

1. Intăreşte siguranţa în relaţie
2. Fii sensibil şi delicat în abordare
3. Fii sincer şi natural
4. Poartă-te civilizat şi fii manierat
5. Limitează-le nivelul de risc
6. Laudă-le creativitatea
7. Apreciază-i
8. Oferă-le timp pentru a-şi aduna gândurile înainte de a se exprima
9. Fii loial

10. Analizează bine înainte să faci prezentări

Ce nu e bine să faci

1. Să îi faci să se simtă vinovați
2. Să te porți necivilizat sau brutal
3. Să nu propui prea multe schimbări
4. Să nu aştepți spontaneitate
5. Să nu-i abandonezi
6. Să nu aştepți să iasă uşor sau repede din depresie

7. Să nu pretinzi perfecțiune
8. Să nu îi grăbeşti în a lua decizii
9. Să nu aştepți să ierte repede când au fost dezamăgiți
10. Să nu pretinzi reacții imediate sau tachinări verbale

Sugestii pentru Albaştrii

1. Gândeşte mai degrabă rațional decât reactiv când eşti presat. Emotivitatea poate crea haos şi stres inutil.
2. Exprimă-ți clar limitele când alții îți impun termene limită.
3. Mulțumeşte-te cu mai puțin. Perfecționismul îți distrage deseori atenția de la alte aspecte importante din viață.
4. Nu-ți mai stabili aşteptări nerealiste care să-i copleşească pe toți de la tine şi de la ceilalți. Priveşte țelurile mai degrabă ca pe nişte călăuze decât ca pe criterii pentru reuşită.
5. Nu-ți personaliza interacțiunea cu alți oameni. Albaştrii suferă deseori din cauza dezamăgirilor altora sau din cauza renunțării pentru că au dezamăgit pe alții. Concentrează-te asupra problemei mai degrabă decât să devii descurajat sau critic.
6. Priveşte planificarea timpului ca pe un compromis mai degrabă decât "totul sau nimic".
7. Acceptă că există limite până la care poți controla. Nu poți controla alți oameni.
8. Planifică-ți zece minute zilnic în care să-ti faci griji pentru orice. După ce au trecut cele zece minute au trecut şi grijile. Trăieşte în prezent şi fă ceea ce poți.

"Lasă-mă în pace, am o criză"

Capitolul 7

ALBII: PACIFISTII

„Albii ne ofera tuturor un model de demnitate umana.”

Calm si diplomat

Ceea ce il reprezinta pe alb in majoritatea situatilor este modul sau de a fi impaciuitor. Acestia cred cu sinceritate in valoarea diplomatiei si cautata sa promoveze cooperarea cu orice pret. De cate ori am spus cu totii: ”Nu ar vrea toata lumea sa se calmeze? Singurul lucru pe care mi-l doresc acum este putina liniste!”. Daca in acel moment am reusi sa-i transformam pe toti in personalitati albe, dorinta noastra de pace s-ar implini.

Fiecare parinte se roaga sa aibe un copil cu personalitate alba.

Fiecare profesor merita sa aibe macar un elev cu personalitatea alba in fiecare clasa.

Fiecare om ar fi bine sa cunoasca si sa aiba macar un prieten cu personalitate alba.

Albii ne ofera tuturor un model de demnitate umana. Ei parcurg etapele vietii intr-un stil nezbuciumat. Albii apreciaza latura comunicativa a naturii umane si se straduiesc sa ajunga la o coexistenta linistita intre toti oamenii. Este greu sa ajungi sa-i cunosti pe albi, adesea te intrebi daca albii sunt cei manipulati sau, din potriva, daca acestia sunt manipulatorii.

Albii se pierd des, invitandu-i pe ceilalti sa-i salveze si sa-i protejeze in viata. Prinsi in propriile lor nevoi, albilor li se pare greu sa creasca. Ei raman victime, des traumatizati de propria lor furie pe care o interiorizeaza in loc de a-si recunoste si de a exterioriza cu sinceritate sentimentele. Albii pot fi foarte timizi lucru care ii poate opri sa traiasca viata „din plin”. Ei isi pot lasa viata condusa de altii.

Nesigur si nonasertiv

Albii pot fi dificil de citit. Albii par a aborda viata atat de simplu, incat atitudinea lor poate fi interpretata gresit si s-ar putea crede ca sunt linistiti, cand adevaratele lor sentimente ar putea fi teama, timiditatea, lenea sau vreo nemultumire personala.

Sunt o natura asa de blanda, incat celelalte persoane prefera sa nu le provoace sau sa-i enerveze inutil.

De obicei lumea ignora limitele Albilor si le recunosc punctele tari. Acest lucru este mai dificil pentru acei implicati emotional intr-o relatie cu albi de tipul parinti , soti, copii, prieteni.

Dorinta de a-i proteja pe albi ignorandu-le deficientele si limitarile, le saboteaza acestora intr-un sfarsit nevoia de a-si lua apararea singuri chiar daca acest comportament este impotriva naturii albilor.

Un regretabil incident trait de o pacienta in varsta de 20 de ani explica starea de indoiala si refuzul confruntarii cu altii al albilor. Pacienta mea a avut primul contact sexual la varsta de 16 ani, pe

bancheta din spate a unei masini. Imediat dupa contactul sexual, partenerul ei fiind beat , a vomitat. Acesta s-a infuriat imediat. Ea isi facea griji pentru mizeria din masina lui si sentimentele lui de furie incat l-a consolat spunand: “ E in ordine! Te voi ajuta sa cureti.” Fara nici un fel de respect pentru sentimentele ei acesta a remarcat: “ Nu asta ma preocupa. Ma preocupa faptul ca prietena mea va afla ca am baut iar”. Nu traisera tocmai un moment intim? Nu era speciala pentru el? A continuat aceasta absurditate fara confruntare stand cu el inca un an pana a avut puterea de a renunta.

Albii pot fi foarte pasivi. Te pot urma de - a lungul vietii fara sa-si asume vreun rol propriu de conducere. Deseori fac din ceilalti centrul existentei lor, neglijand necesitatea de a-si dezvolta propriile teluri si directii.

Unii albi se atasaza intr-atata de o singura persoana incat refuza mai departe sa-si dezvolte alte interese sau sa-si asume alte responsabilitati care i-ar putea separa de aceasta relatie.

Un cuplu , ambii in jurul varstei de 30 de ani , aveau deja o relatie relativ serioasa cand femeia (Rosie) s-a decis sa plece intr-o excursie de weekend cu o prietena. Partenerul ei (Alb) s-a simtit foarte ranit si nesigur. Intr-un tarziu s-a saturat de plangerile acestuia si i-a spus ca pleaca cu prietena ei in excursie si ca nu s-ar putea gandi niciodata la o casatorie cu el daca nu isi va face o viata personala fara a astepta intotdeauna ca ea sa-l include in planurile ei. A fost incantata cand acesta i-a comunicat ca se va duce sa-i faca o vizita unui bun prieten in Montana in acelasi weekend cand ea pleca in excursie. Cu toate acestea dupa o analiza minutioasa a ceea ce l-a motivat , s-a remarcat faptul ca acesta doar incerca sa-i satisfaca cerinta de a deveni mai independent pentru a nu pune in pericol planurile de casatorie. Ca urmare femeia a insistat ca data viitoare el sa fie acela care va initia planurile independente, mai degraba decat sa aiba doar o reactie la ale ei.

Indoielnic si dependent

Albii se indoiesc intr-atata de ei insisi, incat cer in mod constant sa le fie confirmata pozitia. „Dovedeste-mi”, spun ei, “ ca ma accepti. Ramai mereu cu mine si fi acolo pentru mine, pentru ca eu sunt nesigur si tu esti puternic”. Pretul este mare atunci cand cineva incearca sa accepte, protejeze si salveze un Alb agasant. Este asemanator cu situatia cand tii un om de maini cand acesta se afla in pericolul de a cadea de pe o stanca. Cu cat il tii mai mult cu atat devine mai greu. Cu toate acestea el se simte mai sigur prins in stransoarea ta decat sa se increada in el si sa-si ajute salvarea prin incercarea de a se urca inapoi. Nobilitatea salvarii devine curand nesemnificativa si salvatorul devine victima. Daca “ iti pasa”, te simti obligat sa il tii la nesfarsit, sa renunti la viata ta pentru a o salva pe a lui. Daca ii dai drumul, societatea te acuza pentru ca ai renuntat si ti-ai cautat in mod egoist satisfactiile in alta parte. Asemenea dileme sunt des intalnite la Albii agasanti si la cei cu care intra in contact de-a lungul vietii.

Pentru a incuraja aceast tip de relatie nesanatoasa dar aparent sigura, Albii incearca sa le faca pe plac celorlalti. Albii obtin deseori sprijinul altora prin servicii. Aceste servicii vin mai intotdeauna insotite de anumite conditii. Aceste conditii apar in diferite forme cum sunt protectia, securitatea, controlul, sprijinul si indrumarea intr-o anumita directie.

Jeff fusese copilul perfect (Albii de obicei sunt asa) si a rezistat si mai tarziu fara a creea neplaceri cand parintii sai s-au pensionat. Stiind acest lucru, parintii lui Jeff ii controlau in repetate randuri deciziile, chit ca acesta fusese casatorit odata , avea o slujba cu multe responsabilitati si mentinea un stil de viata agreabil. Apoi Jeff , care este alb, a vrut sa se insoare cu o asiatica. Mama sa a refuzat vehement ideea iar tatal sau o sustinea pe nevasta sa “ traumatizata”. Jeff s-a simtit abandonat. Fusese un fiu extraordinar si iubitor. Cand singurul sau frate intorsese spatele parintilor datorita amestecului acestora, Jeff ramasese loial. Acum se simtea distrus. Era devotat si loial atat parintilor, cat si iubitei. Observati ca nu am spus loial fata de sine. Inca nu isi dezvoltase loialitatea fata de sine. Persoana sa inca nu conta. Traise experienta propriei valori prin intermediul altora. Acum avea nevoie sa se descopere pe sine si sa provoace relatia sigura cu parintii sai, daca era vorba sa descopere respectul de sine vreodata. Datorita a luni de terapie si lupte interioare s-a eliberat de parinti si a urmat o viata care se baza pe propriile sale valori si credinte. Jeff s-a insurat in cele din urma cu logodnica sa. Jeff nu se va mai simti niciodata la fel de binevenit sau “iubit” ca pana acum dar acum recunoaste ca a-si face pe plac lui este de departe mai multumitor decat sa traiasca pentru a face pe plac altora.

Tolerant si rabdator

Albii pot tolera o cantitate enorma de durere, daca nu sunt impinsi de alte personalitati intr-o postura combativa. Albii tolereaza un comportament dezagreabil netinand cont de disconfortul personal.

O mama (Alba) si-a urmarit fiul adolescent plecand de acasa la doua ocazii diferite numai pentru ca "asa avea el chef". Pur si simplu vroia sa locuiasca in alta parte. Acesta mama era profound ingrijorata dar mentinea o comunicare pozitiva in pofida comportamentului nepotrivit si egoist al fiului ei.

Am rugat recent 100 de studenti sa identifice cea mai importanta trasatura pe care ar trebui s-o dezvolte un parinte pentru a avea success. Individual, 95% din ei au clasificat rabdarea ca fiind cea mai importanta virtute pentru un parinte de succes. M-a uimit acest raspuns coplesitor dat de acesti adulti tineri, care pana mai ieri fusesera copii si care inca nu erau, in mare parte, parinti. Dar ce este cu iubirea, disciplina si spiritul de conducere ? De ce nu au raspuns puterea de comunicare sau alt atribut? Studentii mi-au oferit o viziune valabila asupra calitatii de a fi parinte si asupra personalitatii Albilor. Au spus ca "rabdarea indica o incredere in demnitatea umana- o credinta ca oamenii pot lua deciziile corecte in viata atunci cand li se acorda libertatea de a actiona in favoarea proprie." Ce afirmatie puternica! Am apreciat personalitatea Albilor cu o alta profunzime de cand cu acea experienta educationala.

Albii reprezinta aproape in intregime aducatorii de pace

Impresionabili

Albii sunt destul de impresionabili. Observa totul si pastreaza un ochi de veghe asupra conditiei umane. Acest lucru poate transforma o coplarie nefericita intr-o trauma pentru Albi. O pacienta mi-a relatat cu lacrimi in ochi ultima intalnire cu tatal ei pe vremea cand avea numai cinci ani. Se certase cu mama ei si parasea curtea casei. A intrebat daca poate sa-l insoteasca. Stia ca parintii ei se certau des dar nu se gandise niciodata ca ar putea pleca definitiv. Se gandea ca se duce pana la magazine si vroia sa fie cu el. Acesta i-a spus ca nu poate veni cu el si a plecat. A intrat in casa si si-a vazut mama plangand realizand ca de data asta era situatia mai serioasa decat pana la acel moment. Dupa aceasta experienta devastatoare, pacienta mea nu a si-a mai dezvoltat increderea sau capacitatea de a-si impartasi sentimentele cu alte persoane. Inca isi mai suna tatal la diferite ocazii dar nimic nu poate sterge cu buretele durerea acelei experiente de pe vremea cand avea cinci ani, si-a urmarit tatal plecand si a realizat mai tarziu ca nu se va mai intoarce.

Reprima sentimentele

Albii nu se pot increde cu usurinta. De obicei isi tin ascunse adevaratele sentimente, fata de alte persoane care ar putea sa le desconsidere sau sa nu le aprecieze. Un intelectual stralucit s-a oferit sa-si mediteze colegii sai de camera de la facultatea de medicina Harvard gratis. Si-a dat seama mai tarziu ca acesta era felul sau de a-si arata sentimentele dragi pe care le nutrea pentru ei, fara sa incerce sa discute direct despre ele. Acum regreta ca nu si-a impartasit niciodata sentimentele. Si-a impartasit cunoasterea la acest capitol simtindu-se sigur pe el. Uitandu-se inapoi si-a dat seama ca ar fi putut lega prietenii stranse daca ar fi fost capabil sa se increada in altii.

Maleabil si bun

Natura blanda a Albilor insa iese la lumina de obicei indiferent de nivelul lor de inceredere. Ei raman buni si agreabili cu aproape toata lumea pe care o cunosc. Albii sunt foarte maleabili. Un semn sigur al unei personalitati albe este tipul care se simte cu adevarat ca un curcubeu de culori. Albii se pot regasi aproape in orice personalitate fiind asa de maleabili.

Visatori neproductivi

Albii raman deseori visatori neproductivi. Au planuri fantastice si deseori se pot imagina in alta parte dar visele lor raman doar atat – vise, daca nu se concentreaza sa le transforme in realitate. Aceste defecte ii lasa pe Albi si pe cei de care sunt legati emotional de acestia dezamagiti si fara un loc anume. Albii sunt cei mai ineficienti dintre toate personalitatile in implementarea schimbarilor. (Galbenii sunt pe locul 2).

Imi aduc aminte de un contabil Alb care nu se putea hotari ce sa faca pe plan professional. Mai multe dintre firmele pentru care lucra fusesera desfiintate, si de fiecare data, chiar stiind ca va ramane fara slujba, ramanea pana la sfarsit fara a-si cauta alt loc de munca. Sotia sa era foarte afectata de ambivalenta sa dar il sprijinea in continuare. Intr-un sfarsit si-a marturisit adevaratul vis de a detine o mica franciza in domeniul gastronomic. El detinea aptitutidinile necesare omului de afaceri, iar sotia sa detinea aptitudinile necesare in relatiile cu publicul. Anii au trecut si din visul barbatului nu s-a realizat nimic. Sotia sa l-a sprijinit in continuare si si-a urmat drumul propriu professional. Cu toate acestea el nu a reusit sa-si ideplineasca visul de a detine propria sa afacere.

Nemotivati

Din lipsa de directie reiese o lipsa de motivatie. Pana la momentul cand Albii isi stabilesc teluri si isi asuma responsabilitatea de a indeplini acele teluri, sunt extreme de nemotivati. Un prieten Alb de-al meu traia momente briliante, “iluminante” si se dedica anumitor scopuri. Intr-un timp foarte scurt, asemeni unei stele cazatoare, aceasta dedicatie disparea pana la urmatorul moment de acest gen. Stabilirea si realizarea telurilor sale nu se intampla cu usurinta. Cu toate acestea telurile sunt unica speranta pentru Albii nemotivati. Pana sunt capabili sa stabileasca directia in care sa se indrepte viata lor, Albii raman deseori descurajati si fara un loc anume.

Daca doresti vreodata sa fi martor la maiestuozitate omeneasca,
observa pur si simplu o personalitate Alba sanatoasa
cum binecuvanteaza viata altuia cu acte de bunatate intamplatoare.
Dar trebuie sa observi foarte atent deoarece nu isi vor anunta niciodata actele proprii de eroism.

Permisivi

Albii sunt capabili cu usurinta sa lege prietenii foarte stranse cu toate personalitatile. Ii accepta pe ceilalti asa cum sunt foarte usor. Au asteptari foarte tolerante fata de cei din jur, astfel incat lumea apreciaza compania lor si cauta relatiile fara prejudicii cu acestia. Albilor le face placere sa faca orice, cu oricine, oriunde. Se pot bucura de o varietate larga de persoane si experiente si se regasesc din acest motiv deseori prinsi in relatii si situatii de viata neobisnuite.

Plictisitori si lenesi

Albii rateaza multe momente minunate de viata deoarece cauta mai degraba la ceilalti si nu la ei suspansul si relevanta in viata. Probabil cuvantul pentru care Albii isi asuma cel mai putin responsabilitatea este cuvantul plictisitor. Insa Albii pot fi exact asta – plictisitori. Poate cel mai bun exemplu pentru a descrie acesta dependenta este urmatoarea relatie fara capatai intre doi Albi.

Doi Albi s-au intalnit ani de zile hotarandu-se sa se casatoreasca. Relatia lor consta in principal din uitatul la televizor si din momente tacute impreuna. S-au casatorit si dupa cinci ani au ajuns la concluzia ca nu sunt facuti unul pentru celalalt. Nici unul nu era fericit sau isi considera viata ca fiind implinita. In urmatorii cinci ani acest cuplu a ramas casatorit dar despariti in ceea ce priveste visurile si aspiratiile fiecaruia. El s-a dedicat unei diplome universitare iar ea s-a mutat in alt oras pentru a deveni ofiter de politie. Nici unul nu si-a asumat responsabilitatea de a lua decizii impreuna. Nici unul nu a luat hotararea de a pleca. Dupa inca sapte ani pierduti si de viata separat dar fara a fi cu adevarat

despartiti, au divortat. De ce a durat asa de mult? Amandoi au recunsocut ca nu se puteau hotari cine sa intenteze primul divortul!

Albii sunt vulnerabili in a pierde timpul. Renunta la el in favoarea plictiselii, lenei sau refuzului de schimbare. Am vazut soti parasindu-si sotiile, sotii parasindu-si sotii, anagajati renuntand la slujba, parinti si copii renuntand unii la altii, prietenii dizolvate si inca o multime de alte posibile relatii incheiandu-se datorita plictiselii. Partea cea proasta este ca persoana care pleaca se simte de obicei vinovata deoarece despartirea nu a avut loc din cauza unor motive dramatice cum ar fi infidelitatea, neincrederea sau abuzul. Viata cu un Alb plictisitor poate fi sfasietoare si secatuitoare.

Lenesa (incerca numai sa-l urnesti dimineata devreme) si indaratnica, personalitatea Alba se misca deseori greu in viata.

Albii nu se grabesc sa experimenteze viata. Ei sunt siguri ca viata ii va astepta. Motto-ul lor ar putea fi: ”totul vine la cel care asteapta”. Totul (bine sau rau) vine intr-adevar la cel care asteapta, oricum, ceea ce primeste atunci cand acest lucru se intampla intr-un final, poate fi la mare distanta de ceea ce ar fi ales.

Timid si instabil emotional

Albii imi amintesc de leul cel las din „Vrajitorul din Oz”. Ei pot constitui un grup de indivizi tematori. Ceea ce nu implica neaparat ca se tem de un pericol fizic, ci mai curand de o trauma emotionala.

O tanara se temea atat de mult de respingere, incat acest lucru a inceput sa se reflecte in manifestarile fizice. A fost tachinata de copii in scoala elementara si cand nu a mai putut suporta acest lucru, a gasit o metoda de a abate atentia de la starea de nesiguranta emotionala la un handicap fizic.

Aceasta a condus la reactia adultilor de a o menaja si de a o rasfata (de a o cocolosi), pe de-o parte, si la tendinta celorlalti de a o evita, pe de alta parte. Din pacate, adularea adultilor nu era ceea ce ii trebuia, iar faptul ca era evitata, avea aproape acelasi efect ca si tachinarea, atunci cand copiii alergau sa se joace impreuna – dar fara ea - sau sa-si ia gustarea in pauzele de la scoala.

Bland si temperat

Copilul Alb este intr-adevar un dar ceresc. Sunt atat de simpli. Sunt de obicei bebelusii cel mai usor de ingrijit. Blandetea unica a acestor copii genereaza armonie in familie. Acestia sunt copii care trec prin viata pastrandu-si calmul. Experiente noi pot traumatiza un copil Alb. Oricum, ei se bucura de obicei de o existenta pasnica, care nu iese din obinuit.

Lipsiti de tel si dezorientati

Lipsa unui tel si dezorientarea ii determina uneori pe Albi sa abordeze viata prea superficial. Uneori este frustrant pentru noi, ceilalti, ca trebuie sa cheltuim energie pentru ei: copiii Albi isi uita sandwich-urile, prietenii Albi neglijeaza sa-si duca copiii de la diferite activitati, sotul Alb este incapabil sa-si aleaga directia in cariera.

Albii realizeaza arareori cat de egoisti sunt prin limitele lor. Prezentandu-se drept suflete bune, dar neajutorate, ei par sa ignore de multe ori presiunea pe care incapacitatea lor o exercita asupra celorlalti.

Cat de placuta mai poate fi viata, daca permanent trebuie sa-i amintesti ca trebuie sa se spele pe dinti, sa faci rezervarile la hotel, sa tii seama de ora la care trebuie sa plece la scoala sau la servici, etc.? De multe ori Albii raspund la aceste interventii cu remarci, cum ar fi „de ce te agiti atat pentru orice?” sau „ vezi-ti de treaba ta si lasa-ma in pace”. Frustrarea creste pentru ceilalti care asteapta mai mult de la Albi, decat ceea ce acestia asteapta de la ei insisi. Albii sunt cunoscuti pentru faptul ca solicita sprijin in modul in care isi organizeaza si isi conduc viata. Totusi, sunt cunoscuti mai putin in a acepta, decat in a respinge tocmai sprijinul pe care il cer.

Indecisi

Albii tind rareori sa ocupe pozitii de leaderi. Ei nu se simt bine cand trebuie sa ia decizii, care ar putea fi gresite, si evita sa-si asume responsabilitati care implica decizii. Ei se simt mai bine in calitate de executanti sau in roluri cu implicare mai mica, lasand altora luarea deciziilor pentru grup. Albii prefera sa accept deciziile altora, decat sa-si sustina propriile opinii. Un pacient isi intreaba sotia: „Iubito, in testul acela al doctorului Hartman, mi se cere sa spun daca iau decizii. Tu ce crezi, iau decizii sau nu?”

Desigur, am ras toti intelegand ca omul nu realiza ca raspunsese tocmai prin intrebarea pe care o pusese.

Linistiti si incapatanati

Albii pot fi foarte puternici si incapatanati. Unul din pacientii mei Albi ura fomele de scoala superioara. El dispretuia temele si toate exigentele impuse in procesul educational. El era inteligent, dar nu era dispus sa intre in conflict cu profesorii sau cu parintii. Cum ar putea cineva sa satisfaca pe toata lumea (inclusiv pe sine insusi), daca nu exista un acord asupra lucrului care trebuie facut? Aceasta era dilema. El ura sa-si faca temele, iar ei ii cereau sa si le faca. Un trimestru intreg, acest tanar domn, Michael, si-a facut toate temele, fara insa sa prezinte profesorilor vreuna. In fiecare noapte, parintii lui il intrebau daca si-a facut temele, iar el le spunea ca si le-a facut. In clipa in care notele lui au inceput sa scada, parintii lui l-au rugat sa le arate temele, iar el, fara sa ezite, le-a aratat imediat. La sfirsitul semestrlui, parintii lui nu mai intelegeau ce se intimpla. Oare profesorilor nu le placea de Michael? Ei vedeau ca Michael isi face temele si totusi profesorii le spuneau ca baiatul lor vine fara teme. Acest caz demonstreaza natura incapatinata, puternica si silentioasa a personalitatii albe.

„Toate ajung in cele din urma la acela care asteapta rabdator”
(citat dintr-un proverb chinezesc)

Albii prefera sa se comporte silentios pentru ca nu le plac confruntarile. Este insa foarte dificil sa traiesti cu oameni care in tacere iti dezaproba comportamentul. Albii par sa profite de pe urma curiozitatii naturale a unora, refuzand sa discute deschis despre sentimentele lor, fortandu-i pe ceilalti sa se lupte pentru a-i intelege.

Albii au trairi foarte profunde, dar le este foarte greu sa le impartaseasca. Un exemplu pentru aceasta trasatura : un tata alb a acceptat de la fiul lui vitreg cu o personalitate rosie, o multime de abuzuri, doar in scopul de a mentine linistea in familie. Sotia acestuia nu i-a dat voie sa-l disciplineze pe baiat, sotul suferind in tacere. In final, dupa mai multe probleme avute de fiul ei (esecuri scolare, molestare), mama a acceptat ca sotul ei sa se implice mai mult in educatia acestuia. Datorita faptului ca sotul alb a amplificat si a interiorizat furia in tot acest timp acum se razbuna pe acesta cu fiecare ocazie.

Limitele albilor

Albii par deseori plictisitori si neimplicati. Des nu vor sa-si stabileasca teluri. Frecvent albii refuza sa se implice pentru ca le este teama de consecintele inevitabile, si anume confruntarea sau respingerea. Aceasta frica ii impiedica sa cunoasca intimitatea.

Indeciziile lor le limiteaza realizarile. Pentru a se simti in siguranta albii sunt foarte atenti la nevoile celorlalti si fac tot posibilul sa le faca pe plac acelora cu care se intilnesc de-a lungul vietii.

Albii traiesc asa cum isi doresc, evitand conflictele si confruntarile. Albii accepta orice le iese in cale. Ceea ce nu apreciaza ca valoare, resping de-a lungul timpului, intr-un mod foarte incapatanat. Cel mai des, albii nu dau voie experientelor dezirabile care necesita risc, conducere sau expresivitate onesta, sa le intre in viata.

Punctele forte ale albilor

Partea pozitiva este ca „albii” sunt cei satisfacuti. Albii sunt niste persoane agreabile care se acomodeaza cu usurinta altor oameni de-a lungul vietii. Acestia completeaza orice tip de personalitate. Natura lor gentila, tandra si diplomatia ii fac sa-si castige multi prieteni loiali. Felul lor placut de a fi le confera valoare in orice familie, prietenie sau afacere, acestia din urma simtindu-se norocosi de a-i avea alaturi.

Albii sunt persoane moderate care nu au extremele celorlalte personalitati. Asemenea „apei” pe care o reprezinta ei ”curg” in jurul sau peste dificultatile vietii si nu distrug obstacolele care le stau in cale. Autoritatea lor in cadrul conducerii este serioasa si cinstita. Albii tolereaza diferentele si incurajeaza camaraderia intre toti membrii echipei. Cameleonul este reprezentativ pentru ei pentru ca reflecta abilitatea lor de a se adapta si a se mula pe orice tip de personalitate si doresc sa invete de la toata lumea. Albii au marea abilitate de a pune crizele vietii intr-o perspectiva optima.

Satisfacuti si temperati ei nu asteapta mult de la viata. Albii apreciaza totusi deseori protectia unor personalitati mai puternice. Rabdatori si toleranti ei au mult de daruit. Ei daruiesc intr-un mod tandru acelora care au avut norocul sa se apropie de ei.

Ca individ

- linistit, pacifist
- un mod de viata cinstit, neprefacut, natural
- lasa impresia ca accepta viata cu usurinta
- rabdator cu sine si cu ceilalti
- savureaza simplitatea vietii
- este compatibil cu ceilalti
- este bun cu oamenii si cu animalele
- se potriveste si se adapteaza la toate situatiile

Ca partener de discutie

- este receptiv la parerile celorlalti
- este un bun negociator si mediator
- este un minunat ascultator
- are calitati empatice extraordinare

Ca stabilire a scopurilor

- este receptiv la sugestii
- se expune mai multor posibilitati
- recunoaste importanta stabilirii telurilor
- are incredere in el ca poate lucra cu succes in mai multe domenii

Ca viata profesionala

- se acomodeaza cu usurinta la alte personalitati
- este bun in domeniul birocratic
- negociaza bine
- se manifesta calm in situatii presante
- prefera sa faca pasi mici si este incet
- cateodata se pune in situatii periculoase de dragul emotiei
- este nonconformist

Ca parinte

- face fata bine crizelor
- isi face timp sa se bucure de fiecare copil
- se poarta placut cu copiii dificili
- este respectat de copii datorita stilului sau atent si tandru
- se supara rar
- are disponibilitatea de a sprijini si este amabil, atent
- accepta decizia partenerului dand dovada de unitate
- este rabdator cu comportamentele deviante si inadecvate
- accepta diferentele intr-un mod foarte frumos

Ca si copil

- asimileaza cu mare placere traditii
- nu este pretentios
- se acomodeaza usor la relatii cu fratii vitregi
- se joaca foarte bine singur
- accepta viata intr-un mod dramatic

Ca prieten

- rabdator si rezistent in momente bune dar si rele
- tolerant fata de comportamentele neprietenoase
- isi sustine si isi accepta prietenii
- asculta cu empatie
- este relaxat in majoritatea situatiilor
- ii place majoritatea oamenilor
- este placut de majoritatea oamenilor
- este compatibil cu personalitati diferite
- ii face placere sa-i observe pe ceilalti
- nu este pretentios intr-o prietenie

Ca si camarad de incredere

- este tolerant cu incetineala celorlalti
- isi poate gasi usor preocupari
- apreciaza calitatile de conducator ale altora
- este loial si de incredere fata de relatii
- accepta cu usurinta credintele si valorile camarazilor

Profesiile cele mai atractive pentru „albi”

- padurar
- dentist
- birocrat
- programator de calculator
- militar
- cercetator
- politist
- educator
- veterinar
- avocat

- inginer
- sofer de tir

Nota: Albii si Galbenii sunt de obicei cel mai putin motivati sa urmeze o viata de cariera.

Personalitati „albe”

Albert Einstein : un geniu care si-a lasat gandurile sa vorbeasca. O personalitate introverta, care se simtea cel mai bine in lumea ideilor. El a preferat sa-si faca cercetarile pentru diferitele teorii in liniste, in spatele cortinei, in loc sa sustina in fata publicului importanta acestora.

Michael Jackson : este un multitalent care asculta foarte atent ceea ce i se spune dar totusi vorbeste putin.

Jimmy Carter : este mai degraba un exemplu al diplomatiei, decat o forta politica. El emana bunatate si demnitate. Niciodata nu s-a aratat egocentric ci dimpotriva a fost puternic, dar fara exaltare si parada.

State Albe:

Finlanda
Elvetia
Canada

Limitele albilor

Ca individ

- este plictisitor pentru ca este detasat
- o abordare pasiva a vietii
- nu reactioneaza sau nu este entuziasmat de experiente noi
- intampina probleme in a deveni intim
- sfios si nesigur pe el
- este usor de manipulat in a-si schimba planurile
- este ambivalent in a-si asuma responsabilitati
- refuza sa faca angajamente

Ca partener de discutie

- ii este frica de confruntari
- este incapabil sa raspunda repede intr-o conversatie
- nu este onest, deseori dand dreptate celorlalti doar ca sa le faca pe plac si nu din convingere
- ezita sa implice si pe altii in conversatie
- nu contribuie deschis la conversatie
- accepta solutiile altora fara sa caute cea mai buna solutie
- implica foarte putina energie intr-o conversatie, si atata cat este obligat sa o faca
- refuza sa ia o atitudine ferma in orice problema
- prefera sa-i observe pe ceilalti

Ca stabilire a scopurilor

- are atitudinea de „astept sa vad ce se intampla” in viata
- vrea ca ceilalti sa ia decizii in locul lui
- nu stie sa-si stabileasca teluri
- asteapta ca ceilalti sa-i stabileasca diferite teluri pentru ca dupa aceea sa le critice

Ca viata profesionala

- nu iese in evidenta
- energie scazuta
- lipsit de directie – asteapta conducerea din partea altora
- are nevoie sa fie directionat, sa fie condus de altcineva
- lucreaza incet
- se lasa greu motivat si inspirat
- ii este frica de schimbari si ii este frica sa-si asume riscuri
- este usor de manipulat de ceilalti cand este nemotivat sau neinteresat

Ca parinte

- refuza sa se certe cu sotul pe tema copiilor
- nu initiaza activitati impreuna cu copiii
- disciplina scazuta
- incearca intr-un mod obsesiv sa mentina linistea
- autoritate scazuta fata de copii
- este usor folosit de copii atunci cand acestia promoveaza idei ciudate
- este usor controlat si de ignorat de sot si copii

Ca si copil

- nu ii place sa fie presat sa faca diverse lucruri
- nu contribuie mult la converasatii
- participa linistit la activitatile familiale
- asteapta cu parintii sa initieze diferite idei si apoi critica sugestiile care i se par inacceptabile
- prefera confortul de acasa fata de cerintele lumii exterioare
- este indiferent fata de dilemele familiei
- este neimplicat in activitatile familiei
- nu face ceea ce i se cere

Ca prieten

- nu implica creativitatea cand face sugestii
- influentabil
- pasiv
- are nevoie de multa protectie si de mult suport
- este usor de ranit si de invins

Ca si camarad de incredere

- prefera ca cealalta persoana sa conduca
- plictisitor si indecis
- prea comod
- nu va face sugestii pentru diferite activitati
- este dispus sa lase viata si dragostea sa treaca pe langa el
- poate intampina greutati in initierea relatiilor
- simte ca ar fi nepotrivit sa-si exprime punctul de vedere
- nu-l entuziasmeaza relatiile intime

Cum sa interactionezi cu „albii”

Ce sa faci:

1. Fii bun
2. Fii logic, clar si ferm in ceea ce sustii
3. Creeaza o structura pentru ca el sa poata actiona
4. Fii rabdator si tandru
5. Creeaza optiuni si idei pentru ca ei sa se poata implica
6. Fii simplu si decis
7. Cunoaste si accepta individualitatea lor
8. Fii neformal si relaxat
9. Cauta sa citesti limbajul nonverbal pentru a-i recunoaste sentimentele
10. Asculta-l cu atentie

Ce sa nu faci:

1. Sa fii crud sau insensibil
2. Sa te astepti sa aibe nevoie de multa interactiune sociala
3. Sa ceri fortat un limbaj verbal; accepta comunicarea in scris
4. Sa fii tiranic si prea intens
5. Sa ceri conformism in fata unor comportamente nerealiste
6. Sa-l coplesesti cu prea mult deodata
7. Sa fortezi confruntarile
8. Sa vorbesti prea repede
9. Sa rupi brutal din visele lui cu ochii deschisi
10. Sa ceri conducerea

Sugestii pentru „albi”

1. Declara verbal ce simti, cum te percepi pe tine, cum percepi treburile zilnice si cum percepi comportamentul celorlalti. Personalitatile albe pierd multa energie datorita faptului ca ei nu-si dau seama exact ceea ce simt.
2. Fii puternic si incearca sa abordezi direct problemele, nu mai incerca sa le eviti
3. Conflictele pot sa fie constructive. Impartaseste-ti ideile si cauta parerile celorlalti. Raspunsul lor nu-l mai considera ca pe un afront personal, considera-l ca pe o largire a orizontului.
4. Cauta si recunoaste importanta urgentelor. Personalitatile albe risca sa nu traiasca pasionant din cauza faptului ca refuza sa se implice afectiv in proiecte sau in relatii umane. Nu lasa timpul sa treaca pe langa tine.
5. Stabileste-ti singur programe zilnice de activitati si nu mai urma programul pe care il stabilesc altii pentru tine. Programe de lucru pline de activitati te provoaca sa-ti depasesti tendinta naturala de a fi pasiv – agresiv.
6. Nu mai fi atat de defensiv atunci cand ti se pare ca ceilalti au pretentii prea mari. Incearca sa te concentrezi mai mult pe ceea ce ti se spune si nu atat pe cum ti se spune.
7. Risca putin. Stabileste-ti teluri care implica efort si cladeste-ti astfel increderea in tine. Incearca sa renunti la atitudinea de „a astepta sa vezi ce se intampla”.
8. Fa un efort sa-ti controlezi visele cu ochii deschisi pentru ca acestea iti rapesc mult din timpul pentru treaba reala.

„Obisnuiam sa fiu apatic,
Dar acum, pur si simplu
Nu ma mai intereseaza”

Capitolul 8

GALBENII:
INDRAGOSTITI DE DISTRACTIE

"Fericit este cine se poarta fericit.
Oamenii Galbeni se iubesc pe ei insisi
pentru ca stiu exact ceea ce le place
sa faca si intotdeauna gasesc timpul
si resursele necesare pentru a da curs
liber acestor placeri."

Fericire si distractie

Principala lor motivatie este distractia, astfel Galbenii reflecta spiritul vantului si prospetimea aerului curat. Sunt esentiali societatii in acelasi mod cum este respiratia pentru existenta umana. Galbenii iubesc viata. Sunt spirituali, interesanti si au o abilitate interna (proprie) de a fi veseli. Au o atitudine psihica de o asemenea natura ce le permite sa aprecieze ceea ce au, decat sa se simta nefericiti din cauza a ceea ce nu au. De multe ori soarta le zambeste, fiind considerati foarte norocosi.

Egocentrici si neimplicati

Tot din pricina motivatiei primare, care este distractia, Galbenii sunt exemplul cel mai bun al personalitatii lipsite de griji. Galbenii trec prin viata centrati pe propria persoana. Deseori nu reusesc sa dezvolte profunzimea necesara pentru a contribui substantial societatii. Galbenii se chinuie sa inteleaga de ce cineva isi doreste sa-si castige cu greutate fiecare lucru dorit decat sa adopte drumul usor prin viata. Probabil ca cel mai important defect al lor este imposibilitatea implicarii. Din cauza entuziasmului lor, Galbenii incep mai multe proiecte decat orice alta culoare, dar duc la bun sfarsit cele mai putine, din cauza lipsei de implicare. (tipic pentru Galbeni, o pacienta s-a plans ca a inceput 394 de diete intr-un singur an)

Implicarea necesita dedicare constanta, atingand capacitatea de rabdare a Galbenilor. De obicei nu se pot concentra destul de mult timp pentru a-i convinge pe ceilalti ca intentiile lor sunt adevarate si de incredere. Un barbat tanar nu era in stare sa se dedice casatoriei si de repetate ori rupea logodna cu femeile din viata sa, facandu-le pe acestea sa sufere. Era complet coplesit de gandul unui angajament pe viata. Ii facea placere partea romantica a relatiei, dar ii era frica de ceea ce i se putea intampla intr-un angajament serios. Pana la urma s-a indragostit foarte tare si, inca o data, s-a simtit motivat in a lua in considerare posibilitatea casatoriei. Cu toate astea incertitudinea lui s-a facut simtita din nou si l-a sunat pe tatal sau pentru a-i cere sfatul. Il respecta pe tatal sau si ii asculta sfaturile intelepte. Tatal sau stia ca aceasta frica de angajament (implicare) ii crea baiatului sau aceasta dificultate, dar in acelasi

timp stia ca acesta avea un caracter bun. Tatal i-a pus in vedere ca divortul este intotdeauna o optiune in cazul in care lucrurile nu merg bine.

Acest tata intelept i-a oferit baiatului sau Galben o cale de iesire, ce i-a permis acestuia sa se casatoreasca. El a oferit ingredientul necesar al vietii fiecarui Galben – o cale de scapare, o sansa de a fugi, daca este necesar. Intelepciunea tatalui si educatia eficienta l-au facut pe fiu sa ajunga la altar. Drept rezultat fiul si sotia sa, Albastra, au sarbatorit fericiti 22 de ani de casnicie.

Este la fel de dificil pentru un Galben sa se implice in dezvoltarea personala. A se cunoaste pe sine este dificil pentru oricine. Galbenii de obicei renunta inainte de a ajunge la miezul problemelor. Angajamentul de a-si cauta in suflet, cu riscul suferintei, este de obicei ultimul pe lista lor de prioritati. Galbenii nu doresc sa plateasca pretul pentru o adevarata incredere in sine, ce este un angajament de viata la acele experiente, oameni si valorile apreciate. Galbenii se lasa in voia sortii atata timp cat este interesant. Iubesc provocarea si cu buna stiinta uita de angajamente, cu dificultatile lor, pentru a simti placerea de moment.

Iresponsabilitate

Cuvantul, care descrie cel mai bine esenta negativa a personalitatii Galbenilor, este iresponsabilitatea. Galbenii accepta cu dificultate responsabilitati, chiar si a propriei lor vieti. Cumva cred cu adevarat ca este responsabilitatea altora sa aiba grija de ei. Nu conteaza cine, atata timp cat este altcineva. In fond, Galbenii cred ca nimeni nu se distreaza atat de mult cat o fac ei, deci ce poate sa fie mai important pentru ceilalti decat sa aiba grija de nevoile Galbenilor? Probabil ca cea mai mare ingrijorare a Galbenilor este lipsa timpului de joaca (liber) din viata lor. Natura lor rebela poate fi draguta atata timp cat sunt tineri, dar societatea este foarte putin toleranta in cazul adultilor. Nu este probabil nimic mai tragic decat un Galben matur fara caracter. Lucrurile personale sunt putine pentru ca niciodata nu au avut in grija protectia posesiilor lor. Au foarte putini prieteni intimi. Galbenii adopta de obicei calea cea mai usoara.

Natura lor iresponsabila si incapacitatea de a se implica deseori fac ca imblanzirea Galbenilor sa fie un vis imposibil. Sunt de obicei atat de charismatici incat ceilalti nu reusesc sa observe limitarile lor. Deseori dupa o perioada de timp ceilalti observa ceea ce sunt cu adevarat – frumosi, sprinteri pretentiosi ce rareori parcurg distanta necesara. Dupa ce i-ai acordat timp si energie acestui tip de performer, proprietarul devine dezamagit si deseori simte regret si suparare pentru ca a crezut in propria capacitate de a schimba sprinterul "Galben" intr-un alergator de incredere, de lunga distanta intr-o relatie.

Galbenii nu se simt confortabil cu presiunea actului responsabilitatii. O pacienta i-a spus sotului sau Galben: "Daca nu eram eu prin preajma, probabil ca ai fi aprins lumanari in fiecare seara decat sa iti amintesti sa platesti factura la lumina". Dupa ce am vorbit cu cei doi pentru o scurta perioada de timp, eram sigur ca ea avea dreptate. Sotul uitase sa plateasca ratele la casa pentru ultimele trei luni, fiind nevoiti sa isi vanda casa si sa inchirieze un apartament de doua ori mai mic. El s-a justificat spunand: "eu nu am nevoie decat de putin pamant pentru cainele meu si pentru ca sotia mea sa-si poata tine calul. In afara de asta eu as vrea doar sa calatoresc. De fapt, daca era dupa mine, am fi incarcat masina si am fi plecat sa traim in Mexic pentru un timp". Asa cum este pentru majoritatea Galbenilor viata trebuie traita astazi, iar strangerea banilor este pentru cei ce nu stiu sa traiasca momentul, clipa. Galbenii au dificultati in a amana o distractie pentru maine daca stiu ca se poate face si astazi. Filozofia lor este ca munca este doar pentru cei ce nu stiu sa se distreze.

A da vina pe altii este un pattern clasic pentru Galbenii iresponsabili. O pacienta Galbena, de vreo 25 de ani, si-a petrecut intreaga viata spunand tuturor cat de plictisitori si de moda veche sunt parintii ei. Isi justifica atitudinea negativa prin a le aduce aminte celorlalti cat de limitati sunt parintii sai din punct de vedere financiar si cat de necomunicativi erau intre ei. Gasea sute de motive din care ar fi preferat sa moara decat sa traiasca in stilul lor de viata. Terapia a continuat timp de un an pana cand a realizat ca a consumat foarte multa energie criticandu-si parintii, decat sa isi asume responsabilitatea pentru propria sa dezvoltare. Nu facuse nimic in toata viata ei, nici scoala, nici nu a putut sa aiba o slujba mai mult de 5 luni, era indatorata pana peste cap fara nici o sansa de a mai iesi din acest domino, iar terapia nu mai putea fi continuata din lipsa resurselor financiare. Atunci parintii

sai “de moda veche” au abordat terapeutul si i-au oferit sprijinul financiar necesar pentru a-si ajuta fiica sa treaca peste acest moment greu in viata ei.

Foarte multi Galbeni casatoriti isi gasesc drept scuza pentru aventurile extraconjugale insensibilitatea sotilor lor. “Daca el sau ea ar fi fost mai doritori sa se bucure de sex, atunci eu nu as fi avut motive sa fac asta”. Bineinteles ca nu recunosc ca deseori aceasta nedorinta de a face sex cu ei se datoreaza lipsei lor de implicare. In schimb Galbenii gasesc modalitati de a da vina pe altcineva si trec peste momentul respectiv, fara griji si fara remuscari, mai ales fara responsabilitatea de a se autoevalua sau chiar schimba. Aceasta natura iresponsabila ar putea fi remediata mult mai usor daca Galbenii ar avea vreun simt al vinovatiei. Crezand ca regulile sunt relevante numai atunci cand servesc nevoilor individuale, Galbenii pot sa abandoneze foarte usor traditiile in favoarea recunoasterii personale, ignorand consecintele de lunga durata.

“Galbenii iubesc viata”.

Entuziasti si lipsiti de griji

Galbenii cauta oportunitatile incantatoare si privesc viata brodata cu fir de argint. Foarte rar se preocupa de detalii sau de “bagajul emotional”, care inseamna pentru ei controlarea prietenilor, conditii de munca sarace si alte circumstante indezirabile. Galbenii sunt la fel de vulnerabili la aceste experiente ca si celelalte grupuri de culori, dar ei au o dorinta de libertate si inconstient recunosc acest bagaj, iar instinctiv se distanteaza de influenta acestuia.

Galbenii reprezinta entuziasmul si impart aceasta provocare cu oricine se intalnesc. Sunt terifianti in ceea ce priveste implicarea sociala si au un stil de a face o petrecere din viata de zi cu zi. Ne amintesc de tinerete si de bucuria ce vine din sperante inocente si vise optimiste.

Jucausi si provocatori

Galbenii de obicei se bucura de viata fara a tine cont de ceea ce fac. Chiar si atunci cand lucreaza din greu Galbenii par sa se simta bine. Viata lor este traita cu increderea ca ceea ce este mai bun trebuie sa vina. Au o pofta de viata ce devine contagioasa. Un individ Albastru l-a sunat pe un prieten Galben, aflat la mare distanta si cu care nu mai vorbise de 5 ani si i-a spus: “simt lipsa vietii pe care o duceam cand eram prieteni la colegiu. Tot timpul parea ca imi arati ce e mai frumos in viata. Deseori ma gandesc la prietenia de atunci si imi aduc aminte de toata bucuria, pe care reuseai sa o aduci in sufletul meu. Mi-e dor de tine pentru ca mi-ai trezit pofta de a trai.” Prietenul Galben nici nu si-a imaginat vreodata ca a putut fi instigatorul distractiei. A crezut cu naivitate ca scopul principal al fiecarui om in viata este sa se distreze. A mai crezut totodata ca majoritatea oamenilor experimenteaza viata la fel de liber si confortabil, asa cum facuse el. Galbenii stiu cum sa faca viata distractiva in orice circumstante.

Nici o alta personalitate nu se joaca asa cum o face Galbenul. Sunt atat de spontani incat sunt tot timpul pregatiti pentru orice distractie ce ar putea sa le intersecteze drumul vietii. Ei nu trebuie sa fie productivi atunci cand se joaca. Activitatea jocului este, ea insasi, destul de valoroasa pentru a capta atentia Galbenului.

Galbenii iubesc surprizele. Iubesc sa sarbatoreasca orice este posibil. Gasesc sarbatorile si momentele speciale revigorante, vor scoate tot ce este posibil din orice oportunitate de a se distra.

Superficiali

Statiunile de schi, plajele, parcurile de divertisment si alte locuri magice sunt pline de Galbeni cautand viata buna. Entuziastii schiului sunt superbi, atletici, zambitori si imitatori fara griji ai fericirii.

Galbenii se bucura de compania altora, dar se gasesc deseori in postura de a nu dori sa se implice mai mult decat in placerile momentane. Galbenii se opun activitatilor sau oamenilor ce cer rezistenta si rabdare, ceea ce ii impiedica de a accede la cel mai important scop – incredere mare in sine bazata pe o munca de lunga durata si profunzimea intimitatii experimentata doar in relatiile de lunga durata si cu implicare.

Galbenii sunt conectorii umani si lipiciul social al societatii.

Dezorganizati si incompleti

Galbenii ar dori sa se schimbe lumea din jurul lor, decat sa se schimbe pe ei insisi. De fapt lor le place schimbarea. Oricum ceea ce schimba ei este de obicei neimportant si atunci cand se schimba este neproductiv. Un prieten Galben se lamenta ca de fiecare data cand avea de facut un proiect foarte important, facea curat in garaj in locul proiectului. Decat sa se concentreze asupra proiectului, ce era important, statea ore in sir facand lucruri lipsite de importanta. La fel de frustrant pentru el era imposibilitatea de a se organiza eficient. Cand in sfarsit se concentra asupra proiectului era fortat sa se grabeasca si sa faca o treaba de mantuiala din cauza lipsei de timp, prezentarii sale lipsindu-i calitatea. Se simtea incomplet si avea senzatia ca se insala pe sine si pe ceilalti nearatand de ce este in stare sa faca.

Galbenii invata inca de mici sa scurteze drumul. De multe ori isi asuma creditul pentru succese ce nu le apartin in totalitate lor. Spun adevaruri trunchiate sau considera ca nu este atat de important daca ceea ce infaptuiesc apartine in totalitate lor sau nu, atata timp cat nu ranesc pe nimeni.

Viata face in asa fel incat atribuie consecinte comportamentelor noastre. Culegi ceea ce semeni. Galbenii sunt foarte talentati si iubesc aplauzele celorlalti, cu toate astea ei nu doresc sa depuna timpul necesar si energia pentru a castiga premiul, pe care si-l doresc atat de mult.

Impulsivi si nedisciplinati

Galbenii deseori arata dispozitii de nedisciplina. Sunt neobositi si gasesc atasamentul fata de orice sarcina de-a dreptul plictisitor. Galbenii de obicei experimenteaza mai multe slujbe – nu pentru ca acestea ar fi neinteresante, dar pentru ca ei se plictisesc foarte usor. Galbenii considera ca viata ar trebui experimentata in toate modurile, daca se doreste a fi experimentata.

Galbenii sunt impulsivi si neobositi. Nimeni nu stie la ce te poti astepta de la acesti indivizi imprevizibili. Este greu sa stai aproape de acesti Galbeni, ce cauta constant viata cea mai usoara si mai libera. Stiu cum sa se simta bine si si-ar dori ca tot restul lumii sa munceasca pentru a face posibila aceasta dorinta pentru ei.

Un barbat Galben si-a cumparat o camera video si a lasat-o sa stea in cutia ei pentru o saptamana pana cand un prieten a trecut din intamplare pe la el pe acasa si a observat-o. Prietenul sau s-a simtit minunat reusind sa descopere cum functioneaza. Barbatul Galben era de-a dreptul intrigat pana cand prietenul sau i-a dat sfatul sa citeasca instructiunile. Dupa multe saptamani, dupa ce sotia Galbenului l-a presat pe acesta sa isi aduca aminte sa aduca cu el camera cea noua la diferitele ocazii, a realizat ca nu putea continua in a face pe prostul, asa ca a anuntat tuturor ca aceasta nu mai functioneaza. A fost o manipulare de exceptie. Stia ca sotia sa Albastra nu putea sa accepte o camera video stand stricata undeva prin casa dupa ce au platit destul de multi bani ca sa o cumpere. Stia totodata ca sotia sa nu ar returna camera video pana cand nu incerca sa o repare ea. Astfel in decursul a doua ore sotia stapanea arta de a filma si a devenit fotograful profesionist pe restul perioadei casniciei lor. Galbenii prefera sa nu fie deranjati cu detaliile vietii. Ei isi doresc doar premiile pentru ceea ce infaptuiesc si creditul pentru orice fel de angajamente, pe care si le iau in viata.

Galbenii sunt intotdeauna interesati sa pastreze salbaticia. Cu alte cuvinte, sunt tot timpul gata sa dea o petrecere. Urasc exercitiile cu exceptia momentului cand pot socializa cu ceilalti in acelasi timp sau se pot uita la ei in oglinda, se pot admira. O data ce scuzele nu mai sunt eficiente si societatea isi impune restrictiile asupra lor, fii pregatit pentru un comportament violent.

Supararea nu este niciodata exprimata atunci cand acel cineva este puternic. Supararea este exprimata atunci cand cineva se simte lipsit de putere. Galbenii deseori isi exprima supararea cand viata devina grea si nedreapta. Simt frustrare imediata atunci cand problemele nu se rezolva cu usurinta. Foarte putini Galbeni devin lideri puternici. Ei nu sunt interesati de putere, si chiar daca ar fi, dedicarea cu care ar trebui sa preceada o problema provocatoare, de mai mare intindere, pentru a o

rezolva i-ar descuraja imediat. Incercarea de a rezolva lucrurile cand ii lipsesc calitatile necesare il infurie pe Galben. Activitati zilnice ca: conducerea masinii pe autostrazile aglomerate, calcularea situatiei financiare, schimbarea uleiului la masina, cautarea unor numere de telefon in cartea de telefoane, etc., il pot supara pe Galben, ce incepe sa caute cu mintea sa modalitati de a scapa din aceasta nebunie, pe care altii o numesc "a trai responsabil".

Charismatici si populari

Galbenii leaga legaturi cu oameni de diferite varste foarte usor. Ei sunt prieteni cu toti copiii din cartier. Incanta oamenii in varsta in magazin si copiii din carucioare cu stilul lor antrenant. Natura lor distractiva lumineaza dispozitiile a multor oameni cu care vin in contact.

Galbenii deseori sunt vazuti ca foarte atragatori datorita personalitatii lor. Motivul pentru care par atat de atragatori este ca au calitatile necesare de a alege un stil ce pune in evidenta cele mai bune trasaturi fizice si psihice. Au stilul cel mai captivant dintre toate personalitatile. Adjectivul folosit cel mai des pentru Galbeni este charismatic. Galbenii pot cu usurinta influenta grupuri de oameni pana la plans sau ras.

Galbenii iubesc sa distreze si sa fie distrati. De obicei regizeaza piese in garajul copiilor vecinilor, candideaza la functia de student ce relationeaza cu alti studenti in cadrul colegiului si isi aleg cariere, in care au de a face foarte mult cu publicul. Se daruiesc cu usurinta. Probabil pentru ca isi doresc cu disperare libertate, Galbenii nu doresc sa-i domine pe altii. Traiesc fara prea multe asteptari si daruiesc fara a se gandi ce primesc in schimb.

Sunt de obicei centrul atractiei la petreceri sau in aranjamentele sociale. Galbenii gasesc rasul si relatiile interpersonale foarte usor de realizat. Le plac cu sinceritate oamenii si sunt inconjurati de prieteni. Sunt foarte populari in majoritatea locurilor si situatiilor fara a cauta acceptarea sociala. Natura lor de incredere ii atrage pe ceilalti la ei. Galbenii sunt de obicei foarte deschisi, ceea ce face ca o prietenie cu ei sa fie usor de inteles si de mentinut. Alte personalitati isi cauta prieteni Galbeni pentru maniera lor pozitiva si distractiva.

Naivi si increzatori

Nici o alta personalitate nu experimenteaza viata cu atat de multa naivitate asa cum o fac Galbenii. Ei nu gandesc inainte de a zice sau a face ceva.

Galbenii devin deseori victime ale propriei lor naivitati. Sunt usor de pacalit si isi doresc a fi personalitati mai sofisticate si mai calculate. Se incred foarte usor si totusi isi construiesc ziduri foarte inalte pentru a preveni intimitatea odata ce o rana destul de importanta a fost facuta.

Galbenii nu sunt deranjati in particular de angajamente, cum ar fi nerespectarea lor, dar nerespectarea angajamentelor emotionale (afective) poate fi devastatoare pentru acestia. Daca Galbenii au fost raniti cu cruzime, pot ramane ancorati in relatii superficiale. Asta este in mod special un caz nefericit pentru ca Galbenii, in adancul lor, sunt condusi de intimitate. Isi neaga una dintre cele mai mari nevoi din cauza unor promisiuni incalcate, reale sau imaginare, din viata lor. Nu este neobisnuit sa vezi Galbeni superficiali sau dezorientati plutind prin viata ca si cum ar fi preferat libertatea in defavoarea intimitatii, dar aceste comportamente sunt tipice pentru tradari sau cicatrici anterioare. Din moment ce Albastrii sunt cunoscuti pentru sinceritatea si loialitatea lor se explica, in parte, de ce Galbenii prefera compania lor.

Obraznic, impertinent, insolent; usuratic, superficial, frivol; vorbaret, limbut. Moara stricata.

Galbenii sunt porecliti deseori "moara stricata" pentru ca ei gasesc interesant de vorbit absolut orice. Acest lucru este de ajutor in anumite ocazii, dar poate fi foarte stresant pentru colegi si membrii familiei. Cand vorbaria lor este combinata cu un comportament nepoliticos si zgomotos, Galbenii sunt considerati nesuferiti. Aceasta eticheta de fiecare data ii jigneste pentru ca nu pot intelege cum oamenii ii vad altfel decat se autoevalueaza, adica incantatori si distractivi.

Daca nu sunt corectati, Galbenii au o abordare impertinenta, nepoliticoasa si egocentrica vis-à-vis de restul familiei. Sunt de obicei adepti ai socialului si fac glume la adresa acelor membri ai familiei carora le lipsesc aceste aptitudini sociale si nu sunt in stare sa se apere. Sunt cunoscuti pentru momentele in care te intrerup chiar daca esti ocupat sau nu. Nimic nu este sacru la Galbeni si sunt increzatori ca nu exista nimic sacru nici la ceilalti. Daca vorbesti la telefon sau citesti, Galbenii vor gasi un mod de a-ti distrage atentia pana cand le vei recunoaste nevoile. Acest lucru ii infurie pe cei ce ii acompaniaza pe Galbeni in viata. Cand pui cap la cap toate iritabilitatile de care poate da dovada Galbenul poate fi chiar descurajant cand il intalnesti. Sunt plini de ei si sunt gata sa imbratiseze pe oricine pentru a se distra. Intrerup fara a ezita, crezand ca nimic nu este atat de important incat nu poate astepta pentru ei. Vorbesc constant ca si cand cuvintele ar fi muzica vietii. Se privesc pe ei insisi ca fiind draguti si distractivi. Foarte inteligenti si rapizi in raspuns, Galbenii arunca bombe sarcastice cu o experienta rivalizata doar de Rosii. Vanitatea lor si egocentrismul pot deveni intolerabile dupa o perioada mai lunga de timp. Pot fi o forta frustranta in fata careia sa lupti pe teren social.

Limitele Galbenilor

Galbenii au foarte putin respect pentru proprietatea altora. Sunt indivizi neingrijiti si neorganizati, care se mentin curati si stralucitori in timp ce casele lor sunt neglijate. Vor sa arate foarte bine in lume, iar atunci cand premiul este recunoasterea sociala, adopta imediat standardele acesteia. Altfel menajul cere prea mult efort.

Sunt dezorganizati in gandire si mediul lor. In loc sa se concentreze pe probleme reale si evenimente importante, Galbenii se pierd in griji minore si activitati irelevante. Le este greu sa se implice in orice lucru ce are prioritate in fata jocului si constant se gasesc in relatii superficiale si searbede, cu toate ca ei insisi sunt superficiali din momentul in care se afla intr-o relatie.

Punctele forte ale Galbenului

In ciuda luptei lor cu autodisciplina si implicarea, galbenii sunt dornici sa experimenteze toate fatetele vietii. Cu naivitate isi doresc sa fie in centrul atentiei, cu toate ca ei intotdeauna au fost in aceasta pozitie. Galbenii sunt cei ce ne aduc aminte constant ca esti la fel de tanar cum te simti. Ei raman intineriti in atitudinea lor vis-à-vis de ideile noi, schimbari, relatii, ocupatii si viitor. Galbenii au acea speranta copilareasca ce ii inspira pe altii sa se autoaprecieze si sa valorizeze lumea frumoasa in care traiesc. Galbenii scot in evidenta ceea ce este mai bun din ceilalti si cu buna stiinta ignora limitarile lor. Galbenii sunt mai mult inclinati sa se placa pe sine pentru ceea ce sunt, decat pentru ceea ce fac. Ei sunt conectorii umani si lipiciul social al societatii. Galbenii acorda o atentie jucausa vietii si ii inspira si pe altii sa faca acelasi lucru. Ofera cu gratuitate opiniile lor, cat si propria persoana, deseori raspandind un spirit de prietenie impartasit de toti prin toate locurile pe unde merg. O data ce viata ta a fost atinsa de un Galben vei aprecia mult mai mult bucuria incredibila ce poate exista in sufletul uman si speranta optimista din inima omului.

Calitatile Galbenului

Ca individ

- Foarte optimist (foarte rar depresiv)
- Se place pe sine si accepta alti indivizi cu usurinta
- Ii place sa fie voluntar oportunitatilor
- Vede viata ca pe o experienta de care trebuie sa te bucuri
- Aparenta
- Aventuros si indraznet

Ca partener de discutie

- Gandeste foarte repede si se poate exprima spontan
- Se bucura si promoveaza apropierea fizica (imbratisari, atingeri)
- Conversezi foarte usor cu ei
- Se simt foarte confortabil in prezenta oamenilor
- Se poate exprima direct in conflict
- Isi trage energia din grupurile mari
- Este sublim in conversatia superficiala

Ca stabilire a scopurilor

- Apreciaza si traieste pentru prezent
- Acorda prioritate jocului
- Foarte flexibil
- Accepta sfaturi din partea celorlalti
- Este disciplinat daca gaseste aceasta sarcina placuta si provocatoare
- Cere actiune mai mult decat studiu

Ca viata profesionala

- Orientat spre lucrul cu oamenii
- Prietenos
- Capabil de a-si asuma riscuri
- Energie mare
- Inspira colegii si subordonatii sa comunice unii cu altii si sa exceleze
- Charismatic si placut sa lucrezi cu el
- Rupe monotonia din lumea muncii
- Ii place sa rezolve proiecte pe termen scurt cu rezultate vizibile
- Ii face placere sa se imbrace "la 7 ace", dar se simte confortabil si in imbracaminte casual
- Incurajeaza visele si gandirea intuitiva

Ca parinte

- Foarte distractiv
- Incurajeaza activitatile distractive ale familiei
- Excelent lider pe perioade de scurta durata
- Apropierea fizica de copii este naturala si confortabila
- Trece cu usurinta peste experientele negative
- Schimba tragediile in comedii
- Nu judeca prietenii copiilor
- Copiilor le place compania lor si chiar o cauta
- Ii ingrijoreaza problemele de mare importanta decat detaliile

Ca si copil

- Este distractiv sa-l ai in preajma
- Jucaus si distractiv
- Ii plac experientele noi

- Accepta diferentele
- Iubeste sa socializeze (isi aduce prietenii acasa)
- Foarte usor de conversat cu el
- Invata foarte bine prin memorie vizuala
- Ii place apropierea fizica (imbratisari, pupici)
- Pliabil – doritor a se plia dupa ceilalti pentru a le face placere
- Curios si intrebator

Ca prieten

- Interesant si distractiv (niciodata plictisitor)
- Deseori pune prietenii inaintea familiei
- Iertator
- Plin de viata
- Vulnerabil, inocent si de incredere
- Darz
- Dornic sa-si elibereze programul pentru a se juca

Ca partener

- Provocator pentru sot
- Incurajeaza romantismul cu un fler creativ
- Ii plac experientele iesite din comun
- Nu este incarcat cu bagaj emotional
- Are putine expectatii de la ceilalti
- Dispus la schimbare
- Accepta sugestiile altora

Carierele cele mai atractive pentru Galbeni:

- Pompier
- Consultant international
- Agent de turism
- Lider in activitatile de recreere
- Salvamar sau salvamont
- Cosmeticiana
- Cantaret, actor, comic
- Ghid turistic
- Circar
- Agent de asigurari
- Secretara
- Receptionist
- In vanzari
    - Cleric / preot

Galbenii sunt cei mai putin capabili sa se inscrie in rigorile necesare pentru o cariera financiara de succes.

Personalitati Galbene:

Bill Clinton, Ronald Reagan, Elvis Presley

State Galbene:
Mexic,
Australia,
Brazilia

"Fac destule exercitii doar incercandu-mi norocul".

Limitele Galbenilor

Ca individ

- Simte nevoia sa arate bine din punct de vedere social (cea mai mare prioritate)
- Iresponsabil si pe care nu te poti baza
- Egocentric si egoist
- Flusturet si neimplicat
- Foarte multa vorbarie cu foarte putina actiune
- Superficial si mai ales interesat in a se simti bine
- Nu doreste sa experimenteze si suferinta pentru a produce calitate
- Indisciplinat
- Galagios si nesuferit in spatiile publice
- Exagereaza succesul si omite adevaruri mai putin placute
- Incapabil sa se confrunte cu problemele

Ca partener de discutie

- Deseori vorbeste inainte sa gandeasca
- Fara simpatie fata de depresiile altora
- Face glume insensibile despre probleme serioase si sensibile
- Usuratic si superficial
- Deseori repetandu-se
- Ii intrerupe pe ceilalti
- Foarte dramatic in propria exprimare (deseori folosind superaltivele)
- Deseori vorbeste prea mult despre totul si nimic
- Un ascultator prost
- Uita ceea ce altii i-au comunicat

Ca stabilire a scopurilor

- Foarte indisciplinat in implicarea catre un scop
- Prefera sa se joace astazi decat sa faca planuri pentru maine
- Nu simte nevoia de a se pregati pentru viitor
- Nelinistit, ii este foarte dificil sa ramana in proiecte pe termen lung
- Neorganizat si imprastiat in multe directii

Ca viata profesionala

- Cere ca toate activitatile sa fie distractive
- Poate controla stresul doar pe perioade scurte de timp
- Nu doreste sa se dedice unei cauze fara vacante
- Respinge autoritatea si sfideaza liderii
- Neglijent si imprevizibil
- Are nevoie de mult contact cu oamenii
- Ia in serios foarte putine lucruri

Ca parinte

- Egoist si ingrijorat mai mult de sine decat de nevoile copiilor
- Mai interesat in a se bucura de copii decat in a-i invata ceva
- Poate fi sarcastic cu copiii
- Nu doreste sa-si petreaca foarte mult timp si energie pentru copii
- Inconsistent cu disciplina
- Iresponsabil si prea permisibil cu copiii
- Model negativ pentru obisnuinta pozitiva de a munci
- Ii lipseste disciplina pentru menaj si pentru a aduce un venit stabil in casa

Ca si copil

- Razgaiat si pretentios
- Sfideaza autoritatea
- Uita de sarcini si de expectantele parintilor
- Mai preocupat de prieteni decat de familie
- Ii chinuie pe gemeni constant
- Insensibili la nevoile si responsabilitatile parintilor
- Prefera sa adopte calea cea mai usoara de fiecare data cand este posibil
- Arata putina ingrijorare pentru problemele si responsabilitatile familiei
- Nepreocupat de problemele financiare

Ca prieten

- Isi petrece majoritatea timpului discutandu-si viata sa
- Apare la usa dupa cum ii convine
- De neincredere in crize
- Nedoritor sa se implice in nevoile de lunga durata ale prietenilor
- Isi traiesc viata fara sa tina cont de nevoile si situatiile speciale ale prietenilor lor
- Se simt inconfortabil in medii suferinde
- Isi face noi prieteni foarte usor si fara regrete, de multe ori pe cheltuiala vechilor prieteni

Ca partener

- Neimplicat si flusturatic in relatiile pe termen lung
- De neincredere si fara a lua in considerare nevoile celorlalti
- Prefera sa intre intr-o relatie stiind ca exista o cale de scapare
- Nu doreste sa ramana in relatie in vremurile dificile
- Are un temperament repezit in anumite circumstante cand s-ar cere rabdare
- Nu doreste sa investeasca timp in dezvoltarea personala pentru a imbunatati relatia

- Capabil de a ignora sentimentele altora si a se centra pe propria persoana

Cum sa interactionam cu Galbenii

Ce sa faci:

- Fii pozitiv si proactiv cu ei in viata
- Adora-i si pretuieste-i cu adevarat
- Apropie-te de ei fizic
- Accepta natura lor jucausa atunci cand te necajesc
- Adu-ti aminte ca sunt mai sensibili decat par
- Valorizeaza talentul lor de interactiune sociala si conexiunea cu oamenii
- Promoveaza activitati creative si distractive cu ei si pentru ei
- Bucura-te de inocenta lor charismatica
- Asigura-le oportunitatea exprimarii verbale

Ce sa nu faci

- Sa-i impingi cu prea multa intensitate
- Sa-i ignori
- Sa uiti ca au si ei momente grele
- Sa ceri perfectiunea
- Sa te astepti ca ei sa se descurce cu orice problema
- Sa le dai prea multa libertate pentru ca ar putea sa o ia in serios
- Sa ii consideri doar usuratici fluturasi sociali
- Sa ataci sensibilitatea lor si sa fi neiertator
- Sa le controlezi programul in totalitate sau sa le consumi timpul
  Sa fii prea serios si clar atunci cand ii critici

Sugestii pentru Galbeni

- Sa realizeze ca a fi ocupat nu inseamna acelasi lucru intotdeauna cu actiune orientata spre un scop. Reflecteaza la ceea ce este important si acorda-i atentia necesara
- Stabileste scopuri specifice in fiecare zi si acorda-le prioritate. Incepe a lucra pentru primul scop stabilit, apoi pentru al doilea si asa mai departe. Nu incepe al doilea scop pana nu l-ai terminat pe primul.
- Concentreaza-te pe ceea ce este necesar sa faci, decat pe ceea ce este distractiv. Calitatea le necesita pe amandoua. Nu ii lasa pe altii sa faca sarcinile tale de mare importanta.
- Stabileste bucati de timp in care te concentrezi asupra unei sarcini specifice si apoi stabileste o recompensa distractiva pentru ca ai reusit. Rupe monotonia.
- Implica-te intr-un program de mare anvergura. Creeaza un plan pe termen lung si cauta activitatile specifice, pe care poti sa le infaptuiesti, pentru a-l face real.
- Balanseaza creativitatea fara cerinte mari cu angajamente. Amandoua o sa iti hraneasca nevoia de joaca nestructurata si nevoia de implinire.
- Infrunta problema decat sa o tot iei pe ocolisuri
- Asculta bine ca sa nu fi nevoit sa ii intrerupi pe altii pentru a ti se comunica informatii deja transmise

"Munca grea s-ar putea sa nu ma omoare,
dar de ce sa imi asum eu riscul asta?"

Capitolul 9

CULORI SECUNDARE

Puţini oameni se arată doar cu atitudinile unei singure culori.
În timp ce fiecare nu are decât o singură inimă,
personalităţile noastre sunt influenţate
de colorile noastre secundare.

Există trei raţiuni specifice pentru care oamenii îmbrăţişează Codul Colorilor:

1. Este uşor de înţeles.
2. Este uşor de aplicat.
3. Este exact.

O teorie psihologică este bună doar în măsura în care identifică în mod precis şi anticipează comportamentul uman. Folosirea motivului esenţial director ca fundament pentru munca mea asigură o exactitate pe care o premiză bazata doar pe comportamentul observat nu se poate spera să o ofere. Motivul esenţial director în personalitatea fiecăruia dintre noi este elementul important ce nu va facilita o dezvoltare personală, dar le va oferi celorlalţi o imagine personală în ochii celor pe care îi întâlnesc.

Am predat în faţa a sute de mii de oameni. Am lucrat îndeaproape ca antrenor personal cu mii de persoane. De când am dezvoltat Codul Culorilor, găsesc întotdeauna motivul esenţial director în fiecare persoană cu care intru în contact. Evident ca uneori l-am găsit cu greu sau l-am identificat greşit. Dar întotdeauna le-am descoperit adevăratul motiv esenţial şi amândoi am ştiut că este exact când l-am descoperit. Apropo, când îţi găseşti motivul central înnăscut, te simţi ca şi cum “te-ai întoarce acasă” într-un loc sigur şi confortabil – un loc fără pretenţii exagerate şi fără cerinţe. Pur şi simplu simţi că aşa e bine.

Unii oameni se identifică corect chiar din momentul în care aud sau citesc teoria mea. Alţii se luptă să se descopere pe ei înşişi din diferite motive. În mod ironic, ca autor al acestei teorii, m-am identificat greşit la început. La început m-am considerat ca fiind Roşu. De fapt, eram departe de adevăr. Când am luat Profilul Personalităţii lui Hartman din perspectiva copilăriei eram Galben 43, Alb 1 şi Roşu 1. Din punct de vedere statistic, nu pare sa existe nici un Roşu şi nici o culoare secundara.

Oricum, când revăd profilul, mi se pare evident ca preferinţele mele secundare sunt copleşitoare Roşu, opuse Albastrului sau Albului. Cu alte cuvinte, când a trebuit sa lupt pentru a lua o

decizie privind o problemă dată, a trebuit aproape întotdeauna să aleg între Galben şi Roşu. Acest lucru indică variabila minunată a modului cum culoarea noastră secundară ne influenţează personalitatea.

Cercetarea mea clinică indică că există patru motive principale ce explică cel mai bine de ce anumiţi oameni se luptă sa identifice corect motivul esenţial al personalităţii directoare. Acestea sunt:

1. Un individ este crescut într-o familie autocratică, unde anumite atitudini şi comportamente au fost determinate doar de unul sau de ambii părinţi (sau orice membru al familiei).
2. abuz sexual nerezolvat şi/sau netratat.
3. înclinaţii teologice si /sau culturale.
4. Un individ se naşte cu o personalitate bine armonizată.

Acest capitol se concentrează în principal pe al patrulea motiv: Un individ se naşte cu o personalitate bine armonizată. Oricum, daţi-mi voie să dau o scurta explicaţie a motivului pentru care şi a modului cum cele trei motive joacă un rol important înşelându-i pe oameni în legătură cu ceea ce sunt ei de la naştere:

Motivul # 1 - Un individ este crescut într-o familie autocratică puternică în care anumite atitudini şi comportamente au fost determinate doar de un singur părinte sau de ambii părinţi (sau de către un membru important al familiei).

Aceasta este povestea mea. Mama mea (pe care o ador) este aşa de Roşie încât nu este decât cu puţin în urma Hanului Atila! A condus casa noastră cu cei şapte copii cu o mare încredere şi autoritate. De fapt, scriind *Codul Culorilor,* i-am cercetat pe fraţii şi surorile mele şi am fost uimit sa găsesc un frate Roşu care aşa de mult păleşte lângă mama noastră Roşie încât aproape că era să-l identific greşit. (Şi, credeţi-mă, nu e nici el de categorie uşoară. Mama a fost aşa de devotată faţă de noi şi s-a bucurat de fiecare moment în casă, având grijă de noi (o atitudine destul de rară în lumea de astăzi), dar nimeni cei ce s-au pus rău cu ea n-au scăpat nevătămaţi. Încă de mici am ştiut că puteam supravieţui fiind cu ea, nu împotriva ei. Ulterior ea ne-a dirijat în totalitate vieţile şi a adunat numeroase calităţi Roşii (opuse celor Galbene) pentru că le-a considerat mai valoroase datorită rolului său de model. Din fericire, nu a luat în râs niciodată darurile mele Galbene. De fapt, le-a apreciat la mine. Dar acestea au avut întotdeauna valoare (şi numai aşa) în legătura cu comportamentul Roşu, cum ar fi responsabilitatea şi răspunderea.

Când îţi găseşti motivul esenţial înnăscut,
te simţi "ca si cum te-ai întoarce acasă"
într-un loc sigur şi confortabil –
un loc fără pretenţii şi întrebări.
Pur şi simplu te simţi bine.

Mult prea mulţi oameni nu se vor cunoaşte niciodată pe ei înşişi deoarece părinţii lor (sau un membru important al familiei) au stabilit drumul pe care trebuia ca toţi să meargă. Este trist că am întâlnit mii de oameni care au rămas supăraţi pe mamele lor pentru ca i-au controlat şi le-au inhibat preferinţele personale pe care le-ar fi ales potrivit personalităţii înnăscute.

Motivul # 2 - Abuz sexual nerezolvat şi/sau netratat.

Influenţa liberă este piatra de temelie a experienţei umane. Poate nimic nu mi-a creat o durere sufletească mai mare decât lucrul cu oamenii care au fost înşelaţi sexual la vârste mici de către o persoană în care au avut încredere (şi care evident ar fi trebuit să fie demnă de încredere!). Nu cunosc nici o indiscreţie care să fie mai distructivă pentru sufletul uman decât abuzul sexual. Este foarte insinuos şi degradant. Fură speranţa şi inocenţa şi lasă urme adânci, îndoială de sine şi tendinţa de a face alegeri proaste referitoare la bărbaţii şi femeile apropiate.

S-a scris deja foarte mult despre această temă. Nu vreau decât să confirm din propria experienţă că abuzul sexual poate fi o forţă terifiantă şi puternică în mortificarea sufletului uman – deraind astfel serios exactitatea percepţiei unui om. Daca aţi fost victima unui abuz sexual, gândiţi-vă la cine sunteţi

cu adevărat ca opunându-se atitudinii şi/sau comportamentului pe care l-aţi adoptat ca să vă apăraţi sau ca să vă revărsaţi furia pentru că v-aţi pierdut inocenta aşa de tânăr.

Motivul #3 - Înclinaţii teologice şi /sau culturale.

Mit: Bărbaţii sunt logici şi femeile sunt emotive! Această afirmaţie continuă să fie răspândită în societatea noastră, convingând pe femeile Roşii şi Albe că nu prea gândesc logic, iar pe bărbaţii Albaştrii şi Galbeni că, de fapt, nu simt emoţiile pe care le au. Prostii. Dar cât de des auzim comentarii de genul "băieţii mari nu plâng" şi "femeile plâng doar ca să te manipuleze"? Ne este aşa de teamă să înfruntăm adevărul despre cum suntem încât facem adesea comentarii pripite şi egoiste despre ceilalţi, ca să ne simţim mai bine. Faceţi-vă o favoare şi depăşiţi-vă înclinaţiile teologice şi/sau culturale pentru a îmbrăţişa identitatea personalităţii adevărate.

Desigur, oamenii învaţă repede să se descurce în aceasta lume. Daca cineva primeşte un mesaj clar că greşeşte comportându-se într-un anume fel, deoarece o religie şi/sau societate dictează acest lucru, acesta de obicei amână preferinţa personală pentru a supravieţui şi acceptă normele grupului. Anumiţi indivizi care au amânat prea mult îndeplinirea propriilor preferinţe, încât fie sunt foarte supăraţi în legătură cu totul, fie nu mai seamănă deloc cu cei care erau la începutul vieţii. Daca vreţi să vorbiţi despre tragedii umane, aceasta este adevărata tragedie umana – să ţi se fure ceea ce eşti in realitate!

Albaştrii cu Roşu secundar puternic
Au cele mai dificile lupte interioare.
Sunt, însă, şi
Personalităţile cele mai pline de resurse.

Multe s-ar putea scrie despre motivele care blochează indivizii să fie pe deplin oameni şi vii. Oricum, accentul cade în această carte pe personalităţile înnăscute în opoziţie cu influenţele din afară. În vreme ce alţi factori au un impact asupra noastră, nu sunt totuşi influenţa primara în determinarea personalităţii noastre. Acel rol distins va fi întotdeauna jucat de motivul esenţial care dă direcţia. De aceea este aşa de importantă identificarea corectă a ceea ce suntem din naştere.

Mai mult decât orice factor secundar, culorile secundare sunt cele mai remarcabile în determinarea personalităţii unice. Culorile secundare se referă la puteri şi limite ale unei personalităţii ce nu este a inimii noastre, dar ce sunt reprezentate în atitudinile noastre şi/sau comportamente. De exemplu, puteţi fi un Roşu hotărât cu mare capacitate de compasiune (Maica Tereza îmi vine acum în minte.) Compasiunea nu aparţine prin naştere personalităţii Roşii şi, totuşi, o persoană cu o personalitate Roşie poate să se bucure de darul său (înnăscut sau invadat). În acest exemplu, hotărârea poate fi considerată primară sau naturală pentru personalitatea esenţială, în timp ce compasiunea este considerată o influenţă a culorii secundare. Compasiunea, desigur, este o trăsătura pozitivă. Sunt tot atâtea trăsături negative capabile să determine influenţe negative. De exemplu, gândiţi-vă că lucraţi pentru o personalitate Albastră egoistă. Sinceritatea este de primă importanţă, dar este serios afectată de trăsătura egoistă secundară.

Am descoperit că suntem mult mai iertători faţă de ceilalţi când aceştia se manifestă potrivit personalităţii lor esenţiale înnăscute. Ne aşteptăm ca Roşii să conducă şi Albii să fie drăguţi. Oricum, când oamenii se îndepărtează de zona înnăscută de confort, alţii nu se simt în largul lor, mai ales atunci când cineva exhibă limite diferite de personalitatea lor înnăscută (de exemplu, dacă un Galben se izolează sau un Albastru devine autoritar). Chiar dacă nu aţi auzit niciodată de *Codul Culorilor*, tot veţi avea o intuiţie şi o aşteptare referitoare la comportamentul celorlalţi. Când reacţionează nepotrivit şi depăşesc limitele pe care noi le considerăm ca fiind acceptabile pentru ei, apare un conflict sau îl evităm.

Aceleaşi aşteptări pot interveni şi în dezvoltarea personalităţii. Adesea, când un egoist, un Roşu protejat emoţional, începe să se întindă şi să ia drumul descris (ceea ce însemnă să dezvolte tărie de caracter în afara personalităţii sale esenţiale), alţii reacţionează negativ. Bazându-se pe istoria lor cu acel individ, aceştia refuză să accepte schimbarea. Ne place ca oamenii să stea în cutiile în care i-am cunoscut. Orice abatere de la ceea ce am stabilit că este acceptabil ne creează disconfort şi reacţionăm

imediat pentru a menține acel status quo, fie că este pozitiv, fie că este negativ. Acest lucru explică de ce schimbarea personală este aşa de dificilă şi de ce aşa de mulți ne abandonează pe noi şi călătoria în căutarea caracterului, înainte să ne fi încheiat lucrul.

Culorile secundare sunt acele trăsături, pozitive sau negative, care influențează direct culoarea noastră esențială primară în folosul sau în detrimentul nostru. După ce veți parcurge Profilul Personalității la Hartman, vă veți cunoaşte bine culorile primare şi secundare. Oricum, ceea ce profilul nu vă spune este dacă culoarea secundară este pozitivă sau negativă. Profilul Caracterului la Hartman vă va da aceste răspunsuri. De aceea este crucial pentru noi să identificam corect personalitatea esențială înainte de a ne concentra pe influențele de culori secundare. De îndată ce vom fi pus corect temelia personalității noastre esențiale, putem începe ispititoarea sarcină de a umple personalitatea noastră cu amestecuri de culori secundare.

Acestea sunt avantajele şi dezavantajele faptului că aveți o culoare sau culori secundare puternice. Un avantaj este acela că, având puterea culorii secundare vă poate echilibra. Puteți să vă apropiați de darurile altor personalități mai uşor decât oamenii care nu exhibă influente secundare. De asemenea, sunteți mai pregătiți să înțelegeți alte personalități, pentru că pot fi părți ale voastre care gândesc ca alții. Cel mai comun motiv pentru care oamenii nu se înțeleg între ei vine dintr-o lipsă de înțelegere a motivului pentru care alții gândesc şi acționează într-un anume fel. Dacă avem o culoare secundară ne ajută să trecem puntea înțelegerii.

Dezavantajele faptului că avem o culoare sau culori secundare puternice poate fi cel mai bine explicat în doua părți. Când vă trageți puterea din doua culori, va puteți afla în lupte interioare pentru a urma o putere sau alta într-o situație dată. Oamenii cu tendințe puternice Roşii şi Albastre suferă cel mai mult din pricina aceasta, pentru că ambele personalități sunt foarte puternice. Când a doua culoare este Galben sau Alb, pare a fi un conflict mai mic, deoarece acele culori oferă o agendă mai pasiva şi mai tolerantă.

Conflictul este încă şi mai pronunțat, oricum, când ai trăsături pozitive înnăscute într-o culoare şi trăsături negative înnăscute într-o alta. E vorba de trimiterea de mesaje duale! Luați, de exemplu, un amestec puternic de Roşu si Albastru (şi sunt mulți aşa dintre voi!). Puterile şi limitele acestor doua personalități sunt foarte nepotrivite. Roşii pot fi egoişti, în vreme ce Albaştrii sunt în general gânditori. Albaştrii pot fi auto-critici, în vreme de Roşii preferă să-i critice pe alții. Când o persoană cu personalitate esențială Albastră operează în zona Roşie negativă, aceştia trimit mesaje amestecate şi obțin rezultate limitate. Înainte de Codul Colorilor n-au ştiut de ce li se întâmplă astfel. Amintiți-vă, acceptăm oameni cu personalitate esențială naturală, astfel că, atunci când îşi ies din fire, în special în negativele culorii lor secundare, suntem contrariați şi, pentru a ne apăra, fie ne distanțăm, fie atacăm. Individul Albastru care din naştere caută intimitate şi ştie că el sau ea tine foarte mult la voi va fi contrariat(ă) când apar comportamentele negative Roşii ale lui sau ale ei. Albastrul poate ştii că el sau ea iubeşte foarte mult, dar comportamentul este autoritar, degradant sau calculat, şi in mod clar nu se simte ca fiind sigur sau îmbietor. Albaştrii trebuie să se elibereze singuri de trăsăturile lor negative Roşii sau au de suferit toata viața pentru că trimit şi primesc mesaje amestecate.

Este mult mai important să te eliberezi de limitele culorii tale secundare decât de culoarea ta primară. Oamenii sunt mult mai iertători cu limitele noastre din personalitatea noastră primară decât cu greşelile din culoarea secundară. Mult mai important pentru noi, poate, este faptul că limitele unei culori secundare produc mai mult rău, pentru că ne opresc să experimentam motivul esențial director, decât să ne arătăm voința limitelor esențiale.

Să va dau un exemplu personal. Sunt un Galben care este condus de motivul esențial al distracției. Călătoresc adesea pentru afaceri şi am învățat că dacă sunt hotărât (Roşu) pot avea probleme cu liniile aeriene şi hotelurile la care mă duc şi s-a rezolvat mult mai eficient decât natura mea înnăscută de a merge în direcția cursului (galben). Oricum, am descoperit că atunci când îi aştept pe alții să se prezinte la un nivel mai înalt, astfel devenind mai critic în evaluarea lor, devin mai puțin fericit şi pozitiv şi, deci, am mai puțin umor. Poate fi provocator să echilibrezi dezvoltarea darurilor altor personalități rămânând devotat propriului motiv esențial înnăscut.

Motivele devin cel mai important factor în a determina dacă e mai bine să îmbrățişezi o anume atitudine sau comportament la orice moment dat. Daca motivul cuiva este curat, devine obligatoriu pentru o sănătate mentală bună să acționezi potrivit acestuia. Oricum, dacă motivul cuiva este murdar

(adică, bazat pe frică sau pe ignoranță), este la fel de important ca acesta să nu acționeze în acest sens. Trebuie să verificăm întotdeauna claritatea motivelor, când alegem atitudinile şi/sau comportamentele. Toate trăsăturile asupra cărora nu avem control, ne vor controla. Dacă acceptăm să ne comportăm după cum simțim, vom descoperi curând că scuzele noastre "aşa sunt eu" vor transforma viata noastră într-o înşelare de sine şi vor produce anxietate celorlalți. Trebuie întotdeauna să fim atenți la motivele noastre şi la modul cum ne determină atitudini şi comportamente.

Oamenii cu amestecuri puternice Galbene şi Albe
Se bucură de cele mai bune "abilități legate de oameni".
Dacâ vă puteți bucura de ele, considerați-vă
Cel cu problemă.

Culorile secundare pot să ne pervertească personalitățile, astfel încât să nu mai acționăm după cum ştim noi că suntem de la naştere. Am lucrat cu Roşii care au trăsături secundare Albastre puternice si par a fi Albi. Mai degrabă decât să-şi accepte puterile darurilor lor Roşii si Albastre, ei abandonează lupta şi acționează ca Albi. Desigur, aşa nu mai există învingători reali. Noi nu mai obținem puterile lor Roşii sau Albastre şi ei nu mai experimentează motivul esențial al puterii cu accente Albastre de compasiune şi calitate. Nu lăsați niciodată ca culoarea voastră secundară să vă stoarcă de motivul esențial înnăscut sau de puteri. Valoarea culorii noastre secundare poate fi pe deplin experimentată doar atunci când rămânem devotați motivului de personalitate esențial înnăscut.

Culorile secundare explică numeroasele nuanțe ale oamenilor, deşi sunt limitate la numai patru motive esențiale directoare. V-ați gândit vreodată cât de puține variabile compun fața umană? Variabilele includ ochii, urechile, nasul, bărbia, gura, părul. Nu prea multe, într-adevăr! Şi, totuşi, cunoaşteți fețe care arată la fel? Din milioanele de oameni care împart această planetă Pământ în orice moment, nu este oare uimitor că nu sunt doi la fel, având în vedere numărul limitat de atribute fizice care creează identitatea noastră fizică? Acelaşi fenomen se întâmplă şi cu personalitățile noastre. În vreme ce nu există decât patru motive esențiale, există numeroase variabile ce creează personalități unice şi diverse, astfel încât nu există doi indivizi la fel vreodată. Darul pe care *Codul Culorilor* îl oferă este o temelie cinstită de motive esențiale, din care putem înțelege şi dezvolta mai departe personalitățile noastre unice.

INTRODUCERE

Rosu si Albastru isi petrec vietile
incercand sa-i domine pe ceilalti.
Alb si Galben isi petrec vietile
refuzand sa se lase dominati.

Intelegerea legaturilor dintre culori

Urmatoarele trei capitole se vor concentra in mod special asupra a ceea ce fiecare personalitate poate astepta atunci cand interactioneaza cu o alta personalitate. Personalitatea joaca un rol esential in fiecare latura a vietii noastre profesionale si personale. In acest an 85% din angajatii care isi vor pierde locurile de munca o vor face din cauza conflictelor de personalitate. Numai 15% isi vor pierde locurile de munca din cauza lipsei de calificare.

Atunci cand se naste un copil, parintii si bunicii verifica daca are toate degetele de la maini si de la picioare. Se concentreaza asupra calitatilor fizice evidente a caror importanta va pali in comparatie cu personalitatea cu care copilul s-a nascut. Poate fi o problema de doar cateva zile sau, in alte cazuri, multi ani inainte ca impactul complet al personalitatii unui nou-nascut sau al unui nou angajat sa se produca.

La fel de interesanta va fi interactia intre noului-nascut sau a noului angajat cu personalitatile deja existente in familie sau in companie. Unii sunt linistiti, altii provoaca agitatie. Unii sunt indatoritori, altii aduc numeroase planuri cu ei. Unii sunt inzestrati cu o personalitate sanatoasa si la locul ei, altii se chinuie o viata intreaga sa se inteleaga.

Si cum se poate casatori cineva fara a sti mai intai personalitatea celui cu care planuiesc sa-si petreaca toata viata? La inceput ma gandeam sa tiparesc pe prima pagina: „Nu te casatori pana nu citesti aceasta carte!” Orice culoare se poate casatori cu succes cu oricare alta culoare, dar *Codul Culorilor* va identifica beneficiile si consecintele specifice fiecarei combinatii.

In mod similar, profilele Personalitatii si Caracterului facute de Hartman sunt folosite de numerosi angajatori pentru a intervieva viitorii angajati si pentru retrospectiva municii la fiecare jumatate de an. Nenumarate ore si bani sunt risipiti in fiecare an din cauza ca nu se acorda importanta verificarii propriu-zise a solicitantilor de locuri de munca, oamenii sunt amplasati pe posturi nepotrivite, iar angajatii nu sunt motivati si rasplatiti potrivit personalitatilor acestora.

Angajatii privesc companiile in mod diferit, potrivit personalitatilor lor. De curand am rugat angajatii unei companii sa evalueze modul in care lucrurile se desfasoara in compania lor. In analiza raspunsurilor date, factorul cel mai semnificativ in clasificarea raspunsurilor a fost culoarea

personalitatii lor. Chiar si cand au dat aceleasi raspunsuri despre conducere, motivatia raspunsului diferea in functie de culoare. A secretara Rosu a afirmat: „Nu avem nici un regulament de ordine interna. M-am oferit chiar sa il scriu eu, dar presedintele nostru a spus ca imi pot folosi timpul intr-un mod mai util, de parca stie el." Directorul de proiect Albastru a afirmat: „Credeam ca voi avea o legatura mai stransa cu conducerea. Nici macar nu am fost prezentat proprietarului. Cum pot fi loial unei companii in care sunt ignorat?" Contabilul Alb a afirmat: „Ei bine, comunicarea a fost o problema in toate companiile pentru care am lucrat vreodata." A continuat sa explice intr-un limbaj foarte general si neutru ca este dificil sa conduci niste oameni care au pareri atat de opuse. Reprezentantul de vanzari Galben a afirmat: „Cred ca este minunat ca fiecare incearca aici. Trebuie sa apreciem ca avem sansa de a lucra pentru aceasta companie."

Daca interactionezi cu alti oameni, pe plan personal sau profesional, urmatoarele trei capitole sunt pentru tine. Studiaza-le pentru a descoperi legaturile naturale si piedicile pe care le vei intalni cand interactionezi cu alte personalitati. La final, calitatea vietii tale se reduce la relatiile pe care le stabilesti. Vietile de succes sunt intoteauna ilustrate de relatii de succes. Invata cum sa faci ca personalitatea ta sa actioneze in favoarea ta in diferitele relatii pe care le ai.

Capitolul 10

LEGATURILE UNUI ROSU

Relatiile Rosu-Rosu sunt de obicei
cele mai dinamice dintre toate relatiile intre culori.

RELATIILE ROSU-ROSU

„Artificii"

Regulile de viata ale unui Rosu (numai doua)

Regula 1: Rosu are INTOTDEAUNA dreptate
Regula 2: Daca (si este un „daca" imens) Rosu se insala, vezi Regula 1.

Relatiile Rosu-Rosu sunt de obicei cele mai dinamice dintre toate relatiile intre culori. Ambii sunt directi, fermi si hotarati. Sunt persoane atat de intense incat orice detaliu al relatiei lor este in general indraznet si atrage atentia asupra lor.

O prietena apropiata mi-a povestit despre copilaria ei cu doi parinti foarte Rosu. Intr-o seara, tatal ei a venit acasa de la camp si s-a enervat atat de tare ca cina nu era gata incat a luat fasolea de pe aragaz si a aruncat-o in curte. Acest lucur a enervat-o pe sotia lui, care a raspuns imediat luandu-i pusca lui din bucatarie si aruncandu-i-o langa fasole. Au facut cu randul si au aruncat lucruri din bucatarie pana cand aproape ca au golit-o, iar curtea lor a devenit un talmes-balmes. Apoi s-au privit, au ras si au mers sa manance la un restaurant, lasandu-si copii sa se descurce pe cont propriu.

Aceasta combinatie puternica poate fi foarte productiva: Rosu se concentreaza asupra a ceea ce are de facut si nu simte nevoia sa se concentreze asupra intimitatii sau a compasiunii fata de celalalt. De obicei, ambii cauta sa conduca si, deoarece in mod normal este loc pentru un singur rege al junglei, tind sa nu se atraga pentru relatii pe termen lung. Rosu va cauta compasiune in special la o culoare mai blanda, mai compatimitoare. Relatii sanatoase intre doi Rosu de obicei exista si se dezvolta ca prietenii, in cariere sau chiar intre parinti si copii. Totusi, combinatiile Rosu-Rosu nu sunt bine reprezentate in general in relatiile maritale.

Respectul reciproc este elementul cheie al unei relatii Rosu-Rosu. Datorita tariei lor intense, trebuie sa invete sa se respecte unul pe celalalt. Respectul ii ofera unui Rosu posibilitatea de a accepta

punctul de vedere al celuilalt. Cand pun pret pe vederile celuilalt, tind sa isi schimbe propriile decizii pentru a se bucura de vise comune. Altfel, relatiile Rosu-Rosu reflecta doua persoane diferite care isi traiesc propriile vieti, fara a avea un mod de viata comun.

Cand un Rosu refuza sa imparta luarea deciziilor sau sa accepte vederile celuilalt, relatia lor se afla intr-un impas de nesuportat. Cum ajung undeva doi oameni cand ambii sunt absolut siguri ca stiu cel mai bun drum pana acolo si nici unul nu da inapoi? Nu este o dilema neobisnuita atunci cand doi Rosu au o relatie. Majoritatea copiilor Rosu sunt convinsi ca *ei* sunt cei care stiu o cale mai buna de a creste un copil decat parintii lor. Ei au dreptate si nimic din ceea ce ar spune sau face parintele nu-i poate schimba parerea. Majoritatea parintilor Rosu sunt siguri ca *ei* sunt cei care cunosc singura modalitate de a creste un copil si nimic din ceea ce ar spune sau face copilul nu-i poate schimba parerea.

Rosu vor sa aiba controlul asupra vietii lor, ca si asupra vietii oricui va permite acest lucru (inclusiv un alt Rosu). Deoarece ambii Rosu intr-o relatie vor sa detina controlul, adeseori domina cel care are mai multa putere. In mod normal, parintii Rosu domina copiii Rosu, iar angajatorii Rosu pe angajatii Rosu. Am fost crescut intr-o familie numeroasa cu o mama Rosu foarte puternica care ne domina vietile in mod evident. Atunci cand dezvoltam teoria culorilor, nu am reusit la inceput sa evaluez personalitatile propriilor mei frati si surori. Mama mea era atat de puternica incat *toti* earm supusi fata de ea. (Mai tarziu am poreclit-o „Micul General", referindu-ne la stilul ei dominator.) Dominatia ei depasea intr-atat puterea naturala a copiilor ei incat la inceput nu am vazut nici un Rosu printre fratii si surorile mele. Erau dominati de un Rosu mai puternic si incapabili sa isi arate personalitatile innascute inainte sa plece de acasa si sa isi faca propriile familii. Intalnirea cu un Rosu pe propriul lui/ei teritoriu este ca si cum i-ai spune unui taximetrist din New York ca nu stie sa conduca. Multa bafta!

In ciuda dominatiei tipice a parintilor Rosu, societatea are o multime de exemple de copii Rosu care isi afirma personalitatea fata de parintii lor Rosu. Un numar relativ mic dintre tinerii Rosu pe care i-am cunoscut au reusit sa treaca de perioada adolescentei fara a amentinta ca pleaca de acasa inainte sa implineasca 18 ani. O clienta Rosu de saisprezece ani, Linda, intra in conflict direct aproape zilnic cu tatal ei vitreg Rosu, Rick. Ea incerca sa se supuna programului „exagerat" stabilit de el si numeroaselor asteptari parintesti pentru a-i face pe plac mamei ei Alb. Regulile tatalui ei pareau imposibil de acceptat. Sa-si croiasca un drum in lume parea mult mai interesant decat sa continue sa se supuna dominatiei lui. Se opunea oricarei autoritati sau dominatii. Nu-i placea la scoala, asa ca refuza sa invete. Ura ca trebuia sa creasca.

Intr-o zi am intrebat-o: „Linda, din moment ce esti asa de nefericita, te-ai gandit vreodata sa plece de acasa si sa te muti singura?" Ochii ei pareau sa ii strapunga pe ai mei cu cea mai indiferenta si in acelasi timp cea mai sfidatoare privire. Rece, dar convingator, a spus: „Am contemplat aceasta posibilitate de o mie de ori." Din tonul ei am inteles ca nu exagera.

A fugit de acasa doua saptamani mai tarziu. A preferat sa doarma pe canapea in casa unui prieten, sa munceasca pentru salariul minim si sa suporte cerintele unui angajator decat sa prelungeasca ceea ce parea a fi sclavia pe viata fata de tatal ei vitreg. Nota: S-a intors acasa dupa o luna, apreciindu-si mai mult parintii. S-a opus totusi in continuare dominatiei si autoritatii parintesti.

Rosu nu place si nu apreciaza pe nimeni care incearca sa ii conduca destinul. Dar se simte chiar foarte bine atunci cand comanda el destinul altora. (Desigur ca ii place. Daca ai avea toate raspunsurile, nu te-ai simti obligat sa planuiesti si sa dictezi viitorul altora in locul lor?) Pretul pe care il platesc pentru aceasta dorinta de putere si lipsa de respect reciproc este mare. Rareori ajunge la intimitate din cauza acestor nevoi puternice de polemica. Energia pozitiva este adesea deviata pentru a-si apara pozitia. Sentimentele sunt pe locul al doilea deoarece vulnerabilitatea este vazuta ca neproductiva intr-o atmosfera defensiva si combativa. Cand doi Rosu sunt siguri ca au dreptatea si refuza sa respecte unul pe celalalt, rezultatul poate fi similar cu acela al unui ciocan care loveste in ciment.

Puternic motivati

Cele mai multe relatii care implica un Rosu graviteaza in jurul personalitatii acestuia. Rosu este indraznet si dominant. Cand isi doreste cu adevarat sa se tina o reuniune de familie, aceasta se va tine, indiferent daca ceilalti intentioneaza sau nu sa participe. Doi Rosu adevarati pastreaza motivatiile in sinea lor. Se motiveaza reciproc prin asteptarile pe care le au si devin un corp comun foarte organizat.

Un parinte Rosu si un copil Rosu au fost atat de motivati sa isi depaseasca divergentele incat au stabilit un record in biroul meu pentru terapia pe termen scurt. Cum Rosu are tendinta de a fi egoist, acesti doi pacienti aveau un singur scop – sa scape din biroul meu. Nu am vazut niciodata doua persoane care sa invete sa fie diplomate si sa accepte mai repede decat aceasta pereche. In fapt, motivatia lor a adus buna intelegere in casa pana cand schimbari sincere de atitudine s-au produs si relatiile parinte – copil au devenit pozitive.

Lipsa bagajului emotional

Rosu beneficiaza de pe urma faptului ca nu ingaduie decat un bagaj emotional minim in viata lui. Rosu nu are nevoie de multe sisteme de sustinere emotionala pentru a-si indeplini sarcinile bine. Este incantat sa imparta o sarcina cu un alt Rosu deoarece nici unul dintre ei nu trebuie sa-si aminteasca sa multumeasca celuilalt cu „calde imbratisari” si/sau nenumarate aprecieri. „Fa-o si lasa-le incolo de sentimente!” isi striga.

La inceputul anilor 1950, un om de afaceri american-evreu de foarte mare succes era in tratative pentru o tranzactie importanta cu un neamt. Ambii foarte Rosu si priceputi in domeniile lor. La intrarea in biroul neamtului, omul de afaceri evreu a ramas uluit la vederea unor obiecte apartinand perioadei fasciste aratand evidenta simpatie a acestei persoane pentru Germania nazista. Al doilea razboi mondial se terminase doar de curand si amintirile recente ale exterminarii brutale a milioane de evrei de catre nazisti l-au infuriat foarte tare pe omul de afaceri american-evreu. Era chiar scarbit sa se afle in prezenta acestei persoane pe care dintr-o data o ura. Cu toate acestea, afacerile erau afaceri, iar el era acolo pentru a avea o intalnire de afaceri. S-a adunat si a incheiat cu succes afacerea, uitand de obiectele dureroase care l-au traumatizat initial. In ciuda furiei care il rodea, a mentinut cu succes o relatie de afaceri productiva cu aceasta persoana.

Sunt rareori descurajati. Nu se obosesc unul pe celalat prin santaj emotional – ex. „Petreci timp cu mine, altfel nu voi merge la mama ta la cina.” Sunt in general independenti si profita de firea lor autonoma. Nu depun prea mult efort pentru a-l face pe celalalt sa se simta iubit. Sunt preocupati mai mult de productivitate si realizare.

Aprecierea egala a productivitatii

Persoanele Rosu adeseori se impulsioneaza reciproc sa fie productivi. Le place sa stie ca fiecare este foarte responsabil si o va scoate la capat indiferent care sunt sarcinile pe care a acceptat sa le indeplineasca. Le place ca celalalt sa aprecieze timpul la fel de mult. Sunt rapizi si hotarati. Le place sa lucreze impreuna si sa aiba multe realizari deoarece se concentreaza exclusiv asupra a ceea ce au de facut.

Un autor Rosu scria o carte impreuna cu un prieten Albastru. Prietenul sau Albastru cizela fiecare pagina pana la perfectiune. Pe autorul Rosu il infuria in fiecare sapatmana lipsa de productivitate a prietenului sau. Terminase toate sectiunile din carte care ii reveneau, dar era tinut pe loc de prietenul sau Albastru, care era pur si simplu incapabil sa produca. „Regret doar ca nu am scris-o singur sau impreuna cu un alt Rosu”, a afirmat. A fost de acord ca ceea ce a scris prietenul sau Albastru era maret, dar se temea ca nu va fi niciodata publicata cartea daca prietenul sau nu renunta la perfectiune doar pentru a produce. Persoanele Rosu apreciaza productivitatea si probabil lucreaza cel mai bine cu cei care ii impartasesc opiniile – chiar daca ceea ce ei produc nu este perfect.

Stabilirea obiectivului de productie

Un cuplu Rosu, casatorit, avea un succes extraordinar in atingerea obiectivelor. Erau mandri ca ambilor le placea sa isi stabileasca obiective carora le acordau – de bunavoie – prioritate in cuplu.

Femeia declara: „La fiecare sase luni mergem singuri la Las Vegas sau intr-un loc unde sa ne distram si ne evaluam succesele sau esecurile. Apoi stabilim alte obiective pentru urmatoarele sase luni. Nu va pot spune cat este de minunat sa stai in pat cu sotul tau si sa simti o provocare mai mare decat cu colegii tai de lucru. Deseori ma simt de parca am concura unul impotriva celuilalt pentru a vedea care dintre noi isi va produce in cel mai creativ mod cea mai interesanta si de succes viata."

Competitie extrema

In timp ce competitia in spirit de cooperare este foarte productiva, relatiile Rosu-Rosu sunt la fel de susceptibile de competitie extrema, care produce interactiune negativa. Aceasta combinatie de culori calatoreste probabil cel mai departe si are mai multe realizari decat majoritatea relatiilor. Problema este calitatea (si nu cantitatea) calatoriilor lor. Relatiile Rosu-Rosu cel mai probabil vor ajunge primele pe varful muntelui. (Se concentreaza exclusiv asupra a ceea ce au de facut si apreciaza ducerea pana la capat a unei activitati.) Cu toate acestea, in timp ce ei sunt pe varful muntelui, ceilalti pot fi mult in urma, bucurandu-se de o floare salbatica sau de un splendid apus de soare, lucruri pe care cei doi Rosu le-au ratat in graba lor de a duce la capat urcusul. Acestia ajung deseori la capatul vietii cu doar cateva momente care le-au furat inimile. Mai degraba peretii lor sunt plini cu trofee si cuceriri. Imi amintesc de un cuplu care calatoreste in Europa pentru a se intoarce acasa si spune tuturor unde a fost. Faptul ca „merg" pare a fi mai putin atragator decat „am mers". Adeseori traiesc in viitor cu sentimentul de triumf pentru ca au indeplinit un anumit obiectiv. Multi parinti Rosu relateaza cat sunt de multumiti de felul in care au evoluat copiii lor, in timp ce alte personalitati isi amintesc momentele pe care le-au trait impreuna in anii cand acestia erau mici. Relatiile Rosu-Rosu rateaza de multe ori bucuria pura a activitatii in care sunt implicati sau poate ca se bucura de ea altfel decat o fac celelalte personalitati.

Din cauza firii lor competitive, relatiile Rosu-Rosu par a fi predispuse la un comportament obsesiv-coercitiv mai mult decat alte combinatii de personalitati. Un cuplu de Rosu casatoriti reflecta tendinta in lumea unui Rosu care lucreaza. Au amanat timp de zece ani sa aiba copii pentru a ridica o afacere de succes. Intreaga lor lume se invarte in jurul afacerii lor. Angajamentele lor sociale sunt intotdeauna legate cumva de cresterea afacerii. Conversatia din serile pe care le petrec singuri se concentreaza asupra afacerii. Ceea ce citesc este legat de munca lor. Au o siguranta financiara si totusi le vine greu sa incetineasca ritmul din cauza obsesiei pentru afacere.

Intr-un cuplu Rosu, mancatul in exces si dietele sunt de asemenea obsesii obisnuite. Munca pentru comunitate sau biserica sunt angajamente notabile ale acestora. Pot deveni obsedati de ducerea la sfarsit a sarcinilor si de promovarea unor cauze si cu greu sa observe daca exista (sau nu) alte intimitati in relatia lor. Oricare ar fi obsesia sau constrangerea, relatiile Rosu-Rosu sunt in mod sigur productive. Ei vor merge inainte indiferent daca cauza merita sau nu. Atata timp cat ei se simt multumiti de relatie, vor darama orice obstacole pentru a satisface cerintele acesteia.

Competitia poate fi foarte sanatoasa cand are loc in spririt de cooperare. Este dificil pentru doua persoane Rosu sa pastreze o imagine corecta asupra competitivitatii dintre ei deoarece tind sa imparta lucrurile in doua categorii: a castiga si a pierde, cu putine zone gri intre ele. Relatiile Rosu-Rosu prefera sa castige si se dedica acestu scop, dar, daca trebuie sa piarda, ii vor face si pe ceilalti sa piarda.

Sunt foarte competitivi si vor plati oricat este necesar pentru a iesi primii din orice experienta pe care o considera destul de valoroasa pentru a o urma. Acest tip de relatie necesita o interactiune foarte comunicativa. Membrii unui cuplu Rosu afiseaza o abilitate si o disponibilitate remarcabile de a se confrunta unul cu celalalt. Sunt la fel de predispusi sa arate ostilitate si agresiune fata de celalalt.

Comunicarea

Partenerii Rosu tind sa fie foarte critici unul cu celalalt intr-o relatie. Sunt de asemenea predispusi sa-i uneasca si sa-i ironizeze pe altii din afara relatiei. Imi amintesc de o familie care avea doi baieti gemeni Rosu care se ridiculizau reciproc fara mila, si totusi ei puteau sa-si uneasca si sa-si

starneasca parintii sau fratii cat ai clipi. Erau adeseori negativi si dominau majoritatea activitatilor familiei prin firea lor critica.

Persoanele Rosu in general intra intr-o relatie echipati cu abilitati verbale remarcabile. Sunt iuti la vorba si se pot lua peste picior cu cei mai buni. Cand aduci doi Rosu nervosi in aceeasi incapere este ca si cum doua avioane cu reactie s-ar ciocni in aer. Nimeni nu castiga cu adevarat. Este o pierdere pentru amandoi. De nenumarate ori a trebuit sa ma ridic si sa imi flutur mainile in timpul unei sedinte de terapie cu doi Rosu doar pentru a opri asalturile verbale. Unii ar petrece tot timpul atacandu-se reciproc daca nu ar exista un arbitru. Nici unul nu vrea sa-i dea celuilalt satisfactia de a fi „invingator", asa ca raman la aceleasi probleme mult dupa ce ar fi trebuit sa incheie.

Persoanele Rosu in general nu sunt buni ascultatori. In mod obisnuit, sunt niste ascultatori foarte nerabdatori. Atunci cand aud, aud doar acele parti ale conversatiei cu care sunt de acord sau pe care le accepta. Daca nu au grija, ajung sa traiasca vieti separate, rigide deoarece nu sunt dispusi sa accepte ceea ce altii au de spus. Sunt adesea ascultatori nepriceputi pentru ca trebuie sa aiba dreptate. Refuza sa auda ceea ce altii spun daca simt ca ii poate obliga sa accepte si sa isi recunoasca propriile greseli sau limite si sa isi schimbe comportamentul.

Acest refuz de a asculta este demonstrat in urmatorul exemplu de cuplu Rosu casatorit. Intr-o noapte cand isi faceau de cap el a inceput sa o muste (usor la inceput, mai tare dupa aceea). Timp de cinci ani ii ceruse in mod repetat sa nu o mai muste. El nu a ascultat si ii tot spunea ca era amuzant si vesel. Nu a crezut niciodata ca ea vorbea serios.

In aceasta seara o musca si o durea rau. I-a spus sa se opreasca si el doar a ras, ignorand rugamintea ei. Ea s-a infuriat atat de tare incat in cele din urma a dus pana la capat amenintarea pe care o facea de ani de zile si l-a pocnit peste gura cat de tare a putut. Lui nu-i venea sa creada. Nici ei nu-i venea sa creada, dar nu mai era cale de intors pentru nici unul dintre ei. S-au luptat pana cand cei trei copii au innebunit de teama. Imaginati-va scena. Copiii cei mici impreuna incercau sa-si desparta parintii. Sotul a smuls telefonul de pe perete pentru ca nimeni sa nu poata suna dupa ajutor, continuand sa-si atace si sotia, si copiii acum. In cele din urma, sotia l-a dat afara din casa si a incuiat usile. El si-a petrecut noaptea in masina si abia daca i-a vorbit sotiei a doua zi cand i-a deschis usa si l-a lasat sa intre in casa.

Timp de cativa ani ea l-a rugat sa nu o mai muste. Timp de toti atatia ani el a refuzat sa auda. Cand am discutat problema a doua zi in biroul meu el nu intelegea cum neputinta lui de a asculta a jucat un rol atat de mare in conflictul lor. Daca pur si simplu ar fi auzit rugamintea ei de a nu o mai musca, care a fost facuta de-a lungul a cinci ani, incidentul de fata nu s-ar mai fi intamplat. Din pacate, el nu intelegea decat cum *ea* a exagerat („Eu nu am muscat-o *atat* de tare") si l-a dat pe nedrept afara din propria sa casa. Unui Rosu ii este greu sa asculte fara a incerca sa castige conversatia. Sunt recunoscuti in dorinta lor de a avea ultimul cuvant mai degraba decat a asculta ultimul sentiment.

Un Rosu poate fi foarte intensiv in conversatie. Este mai preocupat de prezentarea faptelor percepute decat de a genera un sentiment sincer. Inca mai rad cand imi amintesc un comentariu facut de o mama Rosu la o reuniune de familie. Imaginati-va pe toti cei cinci fii ai ei adulti stand la masa impreuna cu sotiile lor. Nepotii alergau pe afara. O cina minunata fusese pregatita si camera era plina de conversatie animata. Catre sfarsitul cinei, a fost abordat subiectul depresiei unuia dintre frati. Mama Rosu a afirmat cutezatoare: „Nu inteleg care este problema lui. Am cinci baieti si toti erau in perfecta stare cand au plecat de acasa. Cred ca totul a inceput cand s-au casatorit." Nurorile Rosu erau furioase. Manusa fusese aruncata si o simpla discutie nu era suficienta. Nu mai trebuie sa va spun ca cea mai placuta cina in familie a fost rapid si in mod abrupt terminata. Solutionarea problemelor si intelegerea reciproca sunt rare in relatiile Rosu-Rosu deoarece conversatiilor le lipseste intimitatea. Nici unul nu asculta si nici nu accepta responsabilitatea.

Unul dintre cele mai pozitive aspecte ale comunicarii Rosu-Rosu este disponibilitatea lor de a se confrunta ci privire la orice subiect in orice moment. Un Rosu nu apreciaza (cu atat mai putin respecta) diplomatia necinstita. Daca ai ceva de spus intr-o relatie, un Rosu crede ca ar trebui spus. Daca cealalta persoana are vreo problema in acest sens, un Rosu crede ca cealalta persoana are de fapt o problema. Un Rosu este dispus sa ia initiativa in confruntarea directa cu celalalt, bucurandu-se astfel de o putere rara in procesul de comunicare. Nu se intampla rar ca doi Rosu sa rada de ei insisi la finalul unor discutii aprinse care ar fi facut ca alte personalitati sa nu-si vorbeasca timp de cateva zile. Vi-i

amintiti pe cei doi care au aruncat totul din bucatarie? Au abilitatea reparatoare de a privi problemele si nu de a se concentra asupra laturii personale a conflictului.

Lipsa de caldura

Caldura nu este un cuvant des folosit pentru a descrie o relatie Rosu-Rosu. Sunt firi atat de intense, critice si lipsite de tact incat nu emana sau cultiva prea multa blandete sau grija in relatiile lor interpersonale. Majoritatea persoanelor Rosu au greutati in a impartasi sentimente pozitive. Din pacate, nu le vine prea greu sa impartaseasca sentimentele negative. Dintre toate personalitaile, ei accepta cel mai bine sentimentul de manie. Il exprima des, impreuna cu impreuna cu alte emotii critice si negative. Totusi, adesea le este greu sa raspunda cu comentarii pozitive, mangaietoare.

Activ

Un Rosu este o persoana in mod special activa. Daca sunt doi vor genera multa energie si implicare. Adesea sunt de parere ca ca trebuie sa isi programeze in agende pentru a mentine o buna comunicare. Decat sa ramana in umbra si sa-l sprijine pe celalalt, ei pornesc in directia care cred ca-i va face sa se simta inpliniti. Acest lucru necesita un grad inalt de toleranta si o reactie constanta a unuia la celalalt. Un cuplu Rosu scrie fiecare intalnire pe tabla, la telefon. Din pacate, cand ea simte ca este mai important ca amandoi sa participe la activitatea ei decat la activitatea scrisa pe tabla, pur si simplu o taie pe prima si o scrie pe a ei. Imaginati-va cat de interesanta va fi conversatia care va promova activitatea!

Relatiile Rosu-Rosu pot avea atatea trasaturi puternice (pozitive si negative) incat e de datoria fiecarui Rosu sa isi dezvolte valorile si sa remodeleze punctele slabe. Valorile pozitive in multe relatii Rosu-Rosu includ respectul reciproc, motivatia puternica, lipsa bagajului emotional, productivitatea sporita, stabilirea de obiective eficiente, disponibilitatea de a se confrunta cu problemele si cu celalalt si puternica orientare catre activitate. Punctele slabe includ lipsa intimitatii, luptele pentru putere avand ca punct central „a castiga" si „a avea dreptate", refuzul de a face compromisuri, competitia extrema, comunicarea insensibila si lipsa de caldura.

Nici o alta combinatie de personalitati
nu trebuie sa se straduiasca din greu
sa fie compatibile ca Rosu si Albastru.

RELATIILE ROSU-ALBASTRU

„Sange, Sudoare si Lacrimi"

Nici o alta combinatie de personalitati nu trebuie sa se straduiasca atat sa fie compatibile ca Rosu si Albastru. Ambii vor sa domine. Sunt la fel de puternici si hotarati ca indivizi. Cu toate acestea, motivele lor, nevoile, dorintele si comportamentele sunt in cea mai mare parte opuse. Uniunea lor este dificila, dar puternicul sentiment de angajament si loialitate pe care il impartasesc le mareste substantial sansele de reusita. Fiecare isi asuma responsabilitatea pentru diferite roluri si trebuie sa respecte conducerea celuilalt in rolul lui sau al ei.

Privire generala

Personalitatea unui Rosu	Personalitatea unui Albastru
MOTIV	
Putere	Intimitate
NEVOI	
sa aiba dreptate	sa fie inteles
sa fie respectat	sa fie apreciat
sa aiba o imagine buna in fata celorlalti (tehnic)	sa fie bun pentru sine (moral)
acceptarea unui nr. restrans de persoane	acceptare generala
DORINTE	
aventura provocatoare	siguranta
sa conduca	sa aiba autonomie
sa se multumeasca pe sine	sa ii multumeasca pe ceilalti
sa isi ascunda nesiguranta (introvertit)	sa isi arate nesiguranta (extrovertit)
COMPORTAMENT	
foarte complex	foarte complex
productivitate crescuta	perfectionism accentuat
ii controleaza pe ceilalti	se controleaza pe sine si pe ceilalti
atrage atentia asupra lui	prefera sa nu iasa in evidenta
schimbarea este binevenita	prefera stabilitatea
logic (neemotiv)	emotiv (irational)
insensibil	prea sensibil
poruncitor	executant
manipulator	manipulator
nerabdator	nerabdator, sufera indelung
comunicare directa (cu fapte)	comunicare directa (cu sentimente)
inovativ	creativ
intens	intens
exigent	exigent
nu iarta, dar merge mai departe	nu iarta si are resnteimente
ii plac confruntarile	ii plac confruntarile
puternice abilitati verbale	puternice abilitati verbale
posesiv	posesiv
lipsit de tact	plin de tact
rebel	supus

responsabil	responsabil
ii place sa infaptuiasca lucruri	ii place sa infaptuiasca lucruri
da sfaturi si se asteapta sa le urmezi	da sfaturi si se asteapta sa le urmezi
nu cere sfaturi	cere sfaturi de la persoane informate
intimidant	intimidant
critic la adresa celorlalti	critia la adresa sa si a celorlalti
arogant	sigur de sine
da vina pe ceilalti	isi asuma vina si da vina pe ceilalti
accepta conflictul daca e necesar	dornic sa rezolve conflictul
sa mearga pe drumul sau	pentru probleme de principiu
proactiv	pesimist
nu este un bun ascultator	bun ascultator
dificil sa impartasesti sentimente cu el	complex si profund cand impartaseste sentimente
nu se indragosteste usor, dar se implica puternic	iubeste adanc si este dezamagit de cei care nu pot iubi (nu pot mentine o relatie profunda)
sfideaza regulile	respecta regulile
minte pentru a salva aparentele	minte pentru ca ceilalti sa nu fie stanjeniti

RELATIILE INTERPERSONALE ROSU-ALBASTRU
(prezentare in amanunt)

PUTERE versus INTIMITATE

Cea mai mare lupta pentru Rosu si Albastru poate pleca de la motivele lor diferite. Rosu este motivat de putere, iar Albastru este motivat de intimitate. Nici unul nu ofera celuilalt ceea ce el sau ea doreste fara ca nevoile lui sau ei sa fie si ele indeplinite. Urmatoarea conversatie reflecta perspectivele unice.

Rosu: Fa ccea ce spun si ne vom intelege foarte bine.
Albastru: Spune-mi ca ma apreciezi si voi merge pana la capatul lumii pentru tine.

Frustrarile tipice intre Albastru si Rosu implica perceptia intimitatii.

Un director national de vanzari (Rosu) al unei companii de formare cere ca fiecare dintre cei treizeci de formatori sa il sune si sa il informeze cu privire la rezultatele seminariilor pe care le-au tinut. Pentru el rezultate insemna cifre, referinte si concluzii. Unul dintre cei mai buni formatori ai sai este Albastru. Pentru el rezultatele inseamna schimbari benefice in viata si legatura cu audienta sa, ca si concluziile.

Inainte ca Albastru sa cunoasca Codul Culorilor, convorbirile telefonice saptamanale decurgeau cam asa: formatorul Albastru il suna pe directorul de vanzari Rosu. Directorul de vanzari Rosu nu poate raspunde si prefera sa i se lase un mesaj pe robotul telefonic. Albastru vrea sa vorbeasca despre seminar direct, asa ca ii lasa mesaj sa-l sune inapoi. Frustrat, directorul de vanzari Rosu suna inapoi *deoarece are nevoie de cifrele* pe care formatorul Albastru a refuzat sa i le dea fara a-i impartasi povesti despre legaturile cu oamenii de la seminarii. Schimba cateva clisee si in cele din urma stabilesc o legatura.

Urmeaza acest dialog:

Formatorul Albastru: Am avut treizeci si sapte de persoane la seminar. Doua mi-au dat referinte pentru a contacta alte companii. Dar cel mai interesant lucru a fost ca la final a venit la mine un tip si mi-a spus ca seminarul i-a salvat locul de munca. A inteles cum sa aplice mai bine principiile de administrare a timpului si acasa.
Directorul de vanzari Rosu: Multumesc, Tom. Am cifrele si acum trebuie sa plec!

Ambii au inchis frustrati. Directorului de vanzari Rosu nu ii place sa-l asculte pe Tom in fiecare saptamana, dar este unul dintre cei mai buni formatori. Tom este frustrat de fiecare data cand directorul de vanzari nu ii permite sa ii povesteasca ceea ce conteaza cu adevarat pentru el la seminar.

Dupa ce Tom a invatat Codul Culorilor, dialogul lor a decurs cam asa:

Formatorul Albastru: (suna la directorul de vanzari Rosu si intra mesageria vocala) Buna. Sunt Tom. Am avut treizeci si sapte de persoane in Dallas. Am primit doua referinte si le-am trimis pe fax la Cindy pentru a se ocupa in continuare de ele. Pa pentru moment.
Directorul de vanzari Rosu: (zambeste cand asculta mesajul, trece datele in raport si il suna periodic pe Tom pentru a-l intreba ce mai face deoarece vrea ca Tom sa se simta legat din moment ce este unul dintre cei mai buni formatori.)

Nota: Albastru a invatat sa vorbeasca limba lui Rosu. Rosu primeste cifrele si Albastru nu ia lipsa de interes a lui Rosu personal. Albastru primeste in prezent oferte de la alte companii unde se simte mai puternic legat. Rosu i-a marit salariul. Albastru a acceptat mai multi bani, dar cauta inca.

O sotie Albastru vorbind despre sotul ei Rosu:

Nu m-a iubit niciodata cu adevarat. Cu douazeci si cinci de ani in urma am mers in luna de miere si in final am stat la sora lui pe care nici macar nu o cunosteam. Am dormit pe canapeaua din sufragerie. Ma lasa cu sora lui si mergea in fiecare zi la vanatoare si la pescuit cu prietenii lui. Intr-o zi m-am imbolnavit de toxiinfectie alimentara si cand in cele din urma a venit acasa la ora unsprezece noaptea tot ce a spus a fost „Am auzit ca ai fost bolnava. Te simti mai bine acum?” A avut o luna de miere minunata cu prietenii lui si la momentul acela am crezut ca poate avea nevoie de asta dupa toata nebunia cu nunta. Imi amintesc o zi in care eram pe marginea lacului si priveam un cuplu care care se plimba tinandu-se de mana. Am plans doua ore din cauza asta. Intotdeauna mi-am construit lumea in jurul lui. El nu a facut niciodata asta pentru mine.

O femei Albastru de saizeci de ani a abandonat in final lupta pentru intimitate cu sotul ei Rosu si s-a oferit voluntar pentru Traveler’s Aid la aeroport. Si-a dat seama ca era un barbat minunat. Nu isi dorea sa divorteze, asa ca si-a redirectionat nevoile de intimitate asupra altor oameni. Nu este acelasi lucru cu afectiunea barbatului ei, dar este mai sanatos decat sa continue o lupta pentru intimitate pe care el nici nu o intelege, nici nu pare a o aprecia.

AVENTURA PROVOCATOARE versus SIGURANTA

Rosu: Haide, hai sa traim putin. La urma urmelor nu avem decat o singura viata. Am facut bani inainte si o putem face din nou. Nu se va intampla nimic si, chiar daca se intampla, vom gasi noi o solutie. Intotdeauna am gasit.
Albastru: Nu simt ca ar trebui sa facem multe schimbari acum. Ar trebui sa asteptam pana ce se linistesc lucrurile inainte sa incercam altceva. Esti atat de batran. Nu poti incepe o noua afacere asa de tarziu. Ce voi face eu daca tu mori si ma lasi cu toate aceste facturi?

SE MULTUMESTE PE SINE versus II MULTUMESTE PE CEILALTI

In principiu, Rosu este egoist, in timp ce unui Albastru ii place sa se sacrifice pe sine. Daca o familie ar face banana split si nu ar fi indeajuns de multa inghetata, Rosu ar incerca sa convinga pe altul sa manance altceva pentru ca el sa manance banana split. Albastru ar cauta altceva pentru el si ar permite celorlalti sa manance o portie intreaga de banana split.

A-SI ASCUNDE NESIGURANTA versus A-SI ARATA NESIGURANTA
(introvertit) (extrovertit)

Rosu: Nu poti avea incredere in toti cei pe care ii intalnesti. Oricum nu conteaza ce simt eu. Ce conteaza cu adevarat este problema de fata. De ce vorbesti intotdeauna despre sentimente si prostii pentru care nimeni nu poate face nimic oricum?
Albastru: Nu vreau decat sa ma simt aproape de tine. Am nevoie sa stii cat de special(a) si important(a esti pentru mine. Nu putem uita niciodata afacerile si sa vorbimd espre noi? In trecut visam la viitorul nostru impreuna si eram apropiati. Mi-e teama ca mariajul nostru va esua. Nu mai simt ca sunt un parinte bun. Si stiu ca nu am fost nici un sot (o sotie) bun(a).
Resou: Faci din tantar armasar. Desigur ca te iubesc. Dar sa nu mai vorbim despre lucruri pe care oricum nu le putem rezolva. Stiai cum sunt cand ne-am casatorit, asa ca unde e problema?
Albastru: Vreau sa petrec mai mult timp impreuna cu tine si sa te cunosc mai bine. Vreau ca si tu sa ma cunosti si sa intelegi ce simt.

Sotul albastru despre sotia Rosu:

Am ajuns la concluzia ca fie nu are sentimente, fie ii este teama ca cine ajunge sa o cunoasca cu adevarat nu o va placea.

Gandurile sotiei Rosu:

Sa-mi arat sentimentele este un semn de slabiciune. Nu sunt slaba, deci nu-mi voi arata niciodata sentimentele. Apoi, unii ar putea sa foloseasca asta impotriva mea mai tarziu.
sau
Care e treaba cu sentimentele? Ar trebui sa stii ce simt. Trebuie sa te iubesc. M-am casatorit cu tine, nu?

PRODUCTIVITATE CRESCUTA versus PERFECTIONISM ACCENTUAT

Rosu: Daca un lucru merita facut, atunci sa nu mai vorbim despre el si sa-l facem
Albastru: Daca un lucru merita facut, atunci trebuie facut bine

Un Rosu vrea sa indeplineasca sarcina, in timp ce un Albastru vrea sa indeplineasca sarcina perfect. Acest lucru este foarte frustrant intr-o relatie Rosu-Albastru deoarece ambii au in vedere productivitatea, dar rareori sunt de acord asupra calitatii produsului finit sau a programului. Momente speciale de cinflict sunt facutul bagajelor pentru vacanta, organizarea unei cine pentru prieteni sau intocmirea unui proiect la locul de munca.

Rosu: (motivat de productivitate) Simt ca reputatia mea este in joc pentru fiecare termen limita pe care nu il respect.
Albastru: (motivat de perfectiune) Simt ca numele meu apare pe fiecare articol de imbracaminte pe care il cos.

LOGIC (neemotiv) versus EMOTIV (irational)

Dialog intre angajator Rosu si angajat Albastru:

Rosu: De ce faci ceea ce faci este total lipsit de importanta pentru mine. Doar lucreaza.
Albastru: De ce as lucra pentru cineva caruia nu-i pasa de ce fac ceea ce fac?
Rosu: Ceea ce simt fata de tine nu are nici o legatura cu cat de bine ar trebui sa lucrezi.
Albastru: Ceea ce simti fata de mine este strans legat de cat de bine lucrez.
Rosu: Uite cum stau lucrurile, fa-ti treaba cum trebuie si toul va fi bine.
Albastru: Uite cum stau lucrurile, apreciaza-mi munca si spune-mi cat de bine ma descurc si totul va fi bine.

Un cuplu era nefericit cand sotia Rosu nu intervenea in certurile dintre tatal Albastru si fiica Albastru. „Daca m-ai iubi," ii spunea el, „mi-ai lua apararea. Ar trebui sa faci asta doar pentru ca eu sunt parintele." Sotia Rosu era furioasa pentru ca el incerca sa o forteze sa arbitreze certurile celor doi „copii" emotionali ai ei. Un Rosu se plicitseste imediat de bagajul emotional al altora si de nevoia lor de a fi iubiti si de a li se spune ca sunt iubiti tot timpul.

Albastru de obicei se simte tradat emotional de catre Rosu. O sotie Albastru i-aspus in lacrimi unui sot Rosu dupa douazeci si cinci de ani de casatorie: „Seara trecuta a fost cea mai placuta seara de cand suntem casatoriti. ... Am mers la cumparaturi si la film cu fiica mea de opt ani."

Un Rosu in mod obisnuit se simte traumatizat de faptul ca Albastru ia totul personal. Rosu pare insensibil (si deseori este), dar spun direct ceea ce gandesc si nu inceraca prin aceasta sa fie malitiosi.

„Aminteste-ti doar ca, daca te concediez, munca ta nu este satisfacatoare. Altminteri continua sa muncesti stiind ca sunt multumit," spune angajatorul Rosu. Unui Alabastru ii place sa auda zilnic laude la adresa muncii sale si sa aiba siguranta postului pe care il ocupa. Un Rosu este obosit repede de nevoile emotionale ale unui Albastru. Cu cat i se dau mai putine asigurari unui Albastru, cu atat mai mult nevoia sa creste.

INSENSIBIL versus PREA SENSIBIL

O seara in oras:

Albastru: Crezi ca tinuta mea este potrivita pentru petrecerea de diseara?
Rosu: Nu ma intreba din nou daca imi place rochia pe care o porti. Este buna. Daca nu mi-ar fi placut, ti-as fi cerut sa porti altceva.

Diferente filozofice:

Albastru: Viata este o catea si apoi mori.
Rosu: Daca o sa continui sa chelalai, o sa mori.

Dupa douazeci de ani:

Albastru: Eram insarcinata in trei luni cu al treilea copil al nostru. Ma simteam grasa si urata si tu tot m-ai fortat sa fac sex cu tine.
Rosu: Este ridicol. S-a intamplat acum douazeci de ani. Tot te mai plangi de asta?
Albastru: Nu te-am iertat niciodata pentru ca m-ai fortat cand ma simteam atat de urata si grasa.
Rosu: Doar pentru ca tu erai insarcinata in trei luni si te simteai urata si grasa nu inseamna neaparat ca dorinta mea sexuala a disparut.

NERABDATOR versus NERABDATOR, DAR SUFERA MULT

Parintele Albastru catre copil:

Vreau sa-ti faci curat in camera chiar acum. Nu o sa traim ca niste porci. Fac curat in casa in fiecare zi ca sa traim intr-un mediu placut, iar tu trebuie sa participi. Se pare ca sunt singura care

munceste si m-am saturat sa le fac p[e toate. Daca nu-ti poti face curat in camera, nu-mi cere sa fac totul pentru tine.

Nota: Alte personalitati numesc asta „discurs Albastru". Dureaza de obicei intre cinci minute si o ora, in functie de cat de mare este nevoia persoanei Albastru de a fi inteleasa.

Parintele Rosu catre copil:

Daca vrei sa mai respiri in cinci minute, camera ta ar trebui sa fie curata.

Intensi

Totul este o mare scofala intr-o relatie Rosu-Albastru. Se implica adanc si isi iau angajamente pe viata. Nici unul nu vrea sa stea pe locul din spate. Ambii se concentreaza extraordinar. Rosu emana o intensitate verbala mai puternica, in timp ce Albastru folosesc o intensitate nonverbala ferma. Rosu este de obicei dinamic din punct de vedere verbal, iar Albastru nonverbal. Ambele personalitati sunt intense si concentrate.

NEIERTATOR DAR MERGE MAI DEPARTE	versus	NEIERTATOR SI PLIN DE RESENTIMENTE

Un Albastru isi aminteste *tot* ce s-a intamplat vreodata intr-o relatie. Simt aceeasi bucurie sau furie pe care au simtit-o cu douazeci de ani inainte. Ranile sunt adanci si nu iarta usor. Se abtin de la afectiune si de la intimitate pura pentru ca au resentimente. In adancul inimii, un Rosu nu iarta mai mult decat un Albastru. Pe plan intelectual, mintea ii ajuta pur si simplu sa mearga mai departe si sa faca fata mai eficient vietii. Discutand despre croaziera in Alaska pe care o va face cu sotul ei Rosu in cinstea apropiatei ei aniversari de treizeci de ani, sotia Albastru a remarcat cu ranchiuna: „Nu am avut niciodata o luna de miere adevarata. Deci era si timpul sa ma scoata undeva sa ne distram. Vom avea o a doua luna de miere minunata indiferent daca ii place sau nu!"

Posesivi

Ambii sunt predispusi sa fie gelosi si sa domine. Ei nu iubesc fara obligatii. „Mie ce-mi iese din asta?" este o preocupare comuna. Ambii trebuie sa stie ca sunt numarul unu in relatie. Rosu isi manifesta posesivitatea asupra lucrurilor, iar Albastru asupra oamenilor.

REBEL	versus	SUPUS

Mergand cu masina la lucru:

Albastru: Limita de viteza este de cincizeci si cinci mile pe ora si la aceasta viteza intentionez sa merg.
Rosu: Regulile sunt facute pentru oameni. Oamenii nu sunt facuti pentru reguli!
Albastru: Oamenii au facut regulile si tot oamenii trebuie sa respecte regulile facute de alesii lor. Pe langa asta, salveaza vieti.
Rosu: Felul in care conduci *tu* nu va salva niciodata vieti. Trebuie sa ajung la timp la o intalnire importanta.
Albastru: Daca nimeni nu ar respecta legea, imagineaza-ti haosul care ar fi.

Rosu: Daca oamenii si-ar folosi creierul si ar gandi putin cand ar conduce nu am mai avea nevoie de aceste legi ridicole. Nu am nevoie de le pentru ca sunt un sofer care gandeste.

La lucru:

Imi amintesc o relatie de lucru in comun cu doi barbati (unul Rosu si altul Albastru). Cel Albastru intreba in permanenta daca seful nostru va aproba deciziile noastre, iar cel Rosu sugera in permanenta sa trecem la fapte si sa intrebam mai tarziu. Personalitate Albastru il vedea pe Rosu ca fiind prea rebel, iar Rosu il vedea pe Albastru ca fiind prea supus. Impreuna dadeau un echilibru extraordinar echipei. Albastru tinde sa vada sarma ghimpata din varful gardului, iar Rosu gaurile de dedesubt.

Responsabili

Ambele personalitati sunt demne de incredere. Iau in serios angajamentele si actioneaza in consecinta. Nici unul nu accepta iresponsabilitatea. Ambii au principii. Rosu este loial cauzelor, iar albastru oamenilor.

Le place sa infaptuiasca lucruri

Ambii sunt vazuti ca maestri ai datoriei. Muncesc din greu toata viata pentru a reusi. Ambii acorda prioritate sporita muncii. Pentru ei distractia este intotdeauna pe locul doi. Un Rosu infaptuieste de multe ori cel mai bine cu ajutorul altora, iar un Albastru pe cont propriu. Ambii se descurca cel mai bine cand li se permite sa actioneze in limitele pe care si le-au stabilit singuri. Intotdeauna se autodepasesc pe plan profesional, dar adesea din motive diferite.

Intimidanti

Rosu si Albastru impart onoarea dubioasa de a fi perceputi ca intimidanti. Fiecare il intimideaza pe celalalt. Albastru este atat de bun la ceea ce face incat incat il intimideaza pe Rosu. Rosu este atat de logic si de verbal incat il intimideaza pe Albastru. Ambii isi recunosc nivelul unic de pricepere si pot fi foarte cooperanti sau foarte distrugatori. Sa alegi sa castigi prin intimidare nu este tocmai modul recomandat pentru o relatie de succes. Cei doi nu isi dau adeseori seama cate de tare se intimideaza unul pe celalalt. Prin urmare, fiecare da vina pe celalalt pentru slaba lor comunicare. Nici unul nu il intelege in mod special pe celalalt. Ambii raman oarecum rezervati si se simt justificati in stilul lor intimidant.

CRITIC LA ADRESA ALTORA versus CRITIC LA ADRESA ALTORA SI A LUI INSUSI

Cand apare o problema, Rosu da de obicei vina pe altcineva, in timp ce Albastru tinde sa se ganeasca ca el este vinovat. Rosu este foarte introspectiv, dar rareori in public. Albastru este ceva mai dispus sa comenteze imperfectiunile sale, dar si pe ale celorlalti. Ambele personalitati sunt foarte critice si cauta sa gaseasca vina. Nici unul nu accepta greselile.

AROGANT versus SIGUR DE SINE

Ambii simt ca au dreptate. Ambii se grabesc sa-l judece pe celalalt. Nici unul nu se grabeste sa isi vada propriile defecte in ciuda remarcilor repetate din partea celorlalti. Rosu emana o aroganta care

sugereaza ca stie totul si are intotdeauna dreptate. Albastru are o siguranta de sine si o evlavie morale, lucru care tinde sa indeparteze un Rosu.

ACTIV versus NEGATIV

Aflandu-se in impas din cauza unei contradictii pentru perioade de timp exasperante, un Rosu si un Albastru tind sa vada problemele si nu solutia acestora. Rosu se descurca mai bine decat Albastru intr-o atmosfera negativa. Cu toate acestea, in miscarea lor, adesea revarsa negativitate inutila asupra celor din jur. Nori intunecosi se observa adesea in prietenia Rosu-Albastru. Nici unul nu stie sa joace bine. De obicei depind de ceilalti pentru a scoate la suprafata lucrurile bune pe care viata le ofera. In ciuda acestor lucruri, ambii sunt de asemenea capabili sa fie productivi si activi, lucru care de obicei ii salveaza din impasurile relatiei lor.

NU SE INDRAGOSTESTE USOR, DAR SE IMPLICA PUTERNIC versus IUBESTE ADANC SI ESTE DEZAMAGIT DE CEI CARE NU POT IUBI (NU POT MENTINE O RELATIE PROFUNDA)

Un Rosu este uimitor de loial intr-o relatie (personala si profesionala). Pare a fi distant, dar este de fapt foarte dedicat celor pe care ii accepta in viata sa. Unui Rosu nu prea ii place sa arate celorlalti ce simte si adesea pare chiar detasat de lume in general. De fapt el poate fi cel mai buni prieten. De asemenea, poate fi foarte devotat familiei lui.

Un Albastru se angajeaza la fel ca un Rosu intr-o relatie. Un Albastru iubeste adanc si se dedica total familiei lui, carierei sau oricarui lucru pe care il apreciaza. Un Albastru este in general devotat relatiei, in ciuda durerii sau dezamagirilor pe care le poate suferi. Rosu si Albastru apreciaza relatiile resonsabile si devotate. Indiferent de modalitate, unui Albastru ii vine greu sa incheie o relatie.

CUM SA ALEGI CE E MAI BUN DIN DOUA PERSONALITATI OPUSE NECOMPLEMENTARE

Rosu are nevoie ca Albastru sa:	**Albastru are nevoie ca Rosu sa:**
il invete ce e compasiunea	il invete sa raspunda cinstit
usureze comunicarea	il invete sa fie increzator in sine
scoata in evidenta detaliile	duca lucrul la bun sfarsit
il incurajeze	ii dea o anumita directie
il incurajeze in asumarea riscurilor	ii dea sentimentul de siguranta
planuiasca actiunea	puna planul in aplicare
il confrunte direct	il inteleaga
asculte fara a lua personal comentariile	il aprecieze
fie de acord cu stilul si directia lui	il includa in planurile sale
sa aiba incredere in el	fie de incredere

POSIBILE CONFLICTE A DOUA PERSONALITATI OPUSE NECOMPLEMENTARE

Rosu	**Albastru**

Putere	Intimitate
Egoist	Altruist
Vrea sa arate bine	Vrea sa fie bun
Logic	Emotiv
Insensibil	Milos
Productiv	Creativ
Lipsit de tact	Se invarte in jurul cozii
Incapatanat	Incapatanat
Arogant	Sigur de sine
Direct si increzator in sine	Indirect si stangaci

Rosu si Alb actioneaza de pe o axa logica,
iar Albastru si Galben de pe una emotionala.
Relațiile Roşu-Alb reprezintă
Una din cele mai comode combinații
Care se găsesc printre personalități.

RELAȚII ROŞU-ALB

„Foc si gheata”

Relațiile Roşu-Alb reprezintă un din cele mai obişnuite combinații care se găsesc printre personalități. Ele au în comun multe trăsături (adică orientarea puterii, a se servi pe sine şi a avea nevoie de respect). Interesant, chiar şi diferenţele lor sunt adesea mai mult complementare decât de respingere). De exemplu, Roşiilor le place să conducă, iar Albilor le place să urmeze. Roşul spune: „Eu, Tarzan”. Albul răspunde: „Grozav. Jane sună bine”. Roşul este nerăbdător, iar Albul foarte răbdător, ceea ce încurajează în continuare relația. Ei se adaptează la limitările înnăscute ale celuilalt şi sporesc puterile naturale ale celuilalt.

CONSIDERAȚII GENERALE

Personalitate Roşie	Personalitate Albă
MOTIV	
Putere	Pace
NEVOI	
Să aibă dreptate	să fie lăsat în pace
Să fie respectat	Să fie respectat
Să pară priceput	să se simtă bine în sinea lui
Aprobare	acceptare
DORINȚE	
Aventură incitantă	emoție în siguranță
Conducere	protecție
Să se mulțumească pe sine	să se mulțumească pe sine şi pe alții
Să îşi ascundă nesiguranțele (puternic)	să îşi rețină nesiguranțele

STIL DE COMPORTAMENT

Schimbare	stabilitate
Profil superior	profil inferior
Complexitate mare	complexitate redusă

RELAȚII: LEGĂTURILE DINTRE CULORI

Personalitate Roşie	**Personalitate Albă**
Să controleze	nu caută nici control şi nici să fie controlat
lipsit de emoții	cu sentimente profunde, i se pare foarte dificilă exprimarea sentimentelor
logic logic	
comunicare directă	comunicare directă
(cu fapte)	(cu fapte)
delegător	autor
nerăbdător	răbdător
exigentneexigent	
încordat	relaxat
posesiv	neposesiv
(dacă nu este amenințat)	
înfruntător	neînfruntător
puternic verbal	puternic non-verbal
manipulator	manipulator subtil
nu poate iubi uşor, dar	iubeşte cu uşurință şi angajament
cu angajament puternic	puternic
randament foarte bun	producător constant
sfidează regulile	respectă regulile
lipsit de tact	cu tact
dă sfaturi	dă sfaturi
şi aşteaptă să fie urmate	numai când i se cer
nu caută sfaturi	acceptă sfaturi de bunăvoie
intimidează	este intimidat
îi critică pe alții	tolerant cu alții
arogant	se simte imperfect
aruncă vina altora	se simte foarte vinovat
neiertător, dar trece mai departe	iartă dar îşi aminteşte
inovator	creativ
negativcopleşit	
obsesiv-silit	devotat numai atunci
	când este interesat

îi este greu să îşi împărtăşească sentimentele	i se vorbeşte cu uşurinţă, îşi relevă cu greu sentimentele
slab ascultător	ascultător excelent
dă vina pe alţii	se învinuieşte pe sine
insensibil	prea sensibil
înfăptuitor	leneş
minte ca să salveze aparenţele	minte pentru a evita repercusiunile
rebel subversiv	

RELAŢIILE INTERPERSONALE DINTRE ROŞII ŞI ALBI
(prezentare în detaliu)

PUTERE versus PACE

Motivele diferite ale acestor personalităţi sunt în mod eficient ilustrate printr-o scenă dintre o soţie Roşie şi un soţ Alb. Ea era supărată pe el într-o dimineaţă în legătură cu o discuţie pe care o aveau. Ea dorea să aibă dreptate în cel mai rău mod, iar el nu dorea să îi facă pe plac. Ea a sărit brusc de pe scaunul ei de la masa din bucătărie unde serveau cereale, a luat castronul ei de Wheaties, şi a spart-o de podea. Pentru a păstra cât de puţină linişte în acel moment, soţul a început să adune cioburile şi să le arunce la gunoi. Observând că el era mai interesat de păstrarea calmului, decât să îi recunoască intelectul ei superior, s-a năpustit înapoi în bucătărie şi a vărsat lapte peste toate cerealele Wheaties de pe podea. Apoi i-a cerut lui să părăsească bucătăria până când laptele şi cerealele Wheaties se uscau pe podea, făcându-le cu mult mai greu de curăţat. Ea a râs isteric în timp ce povestea. „Cine a făcut curat în cele din urmă?" am întrebat. „Ei bine, el desigur", a râs ea. Încă mi-l mai imaginez pe acest bărbat de cincizeci şi cinci de ani aplecându-se deasupra unei mizerii uscate de cereale şi lapte, curăţând-o pentru a obţine liniştea. Amândoi au primit ceea ce au dorit. Ea s-a simţit puternică, iar el a avut linişte.

Sa fie respectat

Roşii şi Albii caută respect pe căi diferite. Roşii se aşteaptă să li se facă pe plac. Albii se aşteaptă să fie lăsaţi în pace. Ambii se bucură de intervale de timp şi stiluri de muncă distincte, şi caută încontinuu metode de a-şi proteja preferinţele. Din cauza propriului respect de sine scăzut, Albii sunt mai vulnerabili în a simţi o lipsă de respect decât Roşii. Albii se descurcă cu felul în care Roşii arată respect mai bine decât o fac orice alte personalităţi. Ei adesea îi ia pe Roşii cu un praf de sare. Un soţ Alb mi-a spus, „Eu sunt şeful în casă. Soţia mea mi-a dat voie să spun acest lucru".

AVENTURĂ INCITANĂ versus EMOŢIE ÎN SIGURANŢĂ

Roşiilor le merge bine în aventuri. Ei îndrăgesc ocazia de a risca pericolul fizic. Fiica mea Roşie în mod constant încearcă să facă faţă unor plimbări din ce în ce mai rapide şi mai înfricoşătoare în parcuri de distracţii. De la o vârstă fragedă, ea a cunoscut fiorii aventurilor. Albii se bucură întotdeauna de emoţii, dar doresc asigurarea unor sisteme de sprijin şi/sau a unor îndrumări. Poliţiştii au tendinţa de a fi în principal personalităţi Roşii şi Albe. Lor le priesc aventura şi emoţia oferite de ocupaţia lor.

CONDUCERE versus PROTECȚIE

Vă amintiți de „Eu, Tarzan"; „Grozav. Jane sună bine"? Ambilor le sunt foarte comode rolurile de conducător şi condus într-o relație Roşu-Alb. Problema apare dacă unul sau celălalt doreşte să schimbe rolurile. În mod tipic, aceasta se întâmplă mai târziu în viață, dacă se întâmplă vreodată. Un cuplu devotat sau o relație părinte-copil ar putea eventual să aibă mari dificultăți cu această schimbare.

O femeie Albă l-a lăsat pe soțul ei Roşu să îi dea o listă de treburi casnice în fiecare zi timp de cincisprezece ani, până când ea a hotărât că, ceea ce era destul era destul, şi a început să îi rupă listele. În ciuda schimbării ei, el nu a reuşit să scape de obiceiul de a face liste timp de şase luni.

O altă persoană şi-a lăsat soțul Roşu să ia toate hotărârile. Obişnuia apoi să se hotărască repede dacă îi plăceau deciziile pe care le lua el sau nu. Dacă el nu se ridica la standardele ei (o casă suficient de mare, bani destui, prieteni cu suficient succes), ea devenea dezamăgită de el. Până la urmă ea a putut să îşi dea seama cât de nedrept era să caute protecția lui financiară şi conducerea socială în timp ce arunca toată vina în direcția lui atunci când el acționa sub nivelul standardelor ei.

SCHIMBARE versus STABILITATE

Adolescenții roşii îmi spun în mod constant că ar prefera să moară decât să trăiască în stilul de viață plictisitor al părinților lor. Roşii sunt mai dispuşi să rişte decât sunt Albii. Albii vor risca, dar trebuie mai întâi să aibă ambele picioare bine înfipte în pământ. Sunt mai puțin siguri de ei înşişi şi în mod tipic preferă stările de confort ale locurilor sigure, familiare din jurul lor. Albii nu au nevoie de acțiune constantă, ca Roşii. Ei oferă un amestec confortabil unul pentru celălalt.

PROFIL superior versus PROFIL inferior

Roşul: Am treburi de făcut, locuri în care să mă duc şi oameni de văzut.

Albul: Ce treburi, de ce atât de multe locuri, şi trebuie să ne întâlnim cu toți acei oameni?

Albii sunt excelenți însoțitori de călătorie deoarece sunt perfect mulțumiți să însoțească la un drum. Se distrează uşor. Lor nu le place să fie în prim-plan în felul în care le place prietenilor lor Roşii. Roşii sunt mai atraşi să vadă totul şi să cunoască totul înainte de a fi prea bătrâni.

SĂ CONTROLEZE versus NU CAUTĂ NICI CONTROL ŞI NICI SĂ FIE CONTROLAT

Un exemplu clasic al acestei diferențe se poate găsi pe scena politică a lumii. De o parte era Germania, reprezentând Roşul. Ei sunt o națiune puternică, cu o istorie de invadare a altor țări şi de control a politicilor de guvernare în lume. În imediata apropiere a acestei puternice națiuni Roşii se află Elveția, la fel de puternică şi totuşi o națiune total diferită, care reprezintă Albii. Elvețienii nu caută nici să controleze alte nații, nici să fie controlați de către acestea. Ei creează multe dificultăți oricărei națiuni care încearcă să îi controleze. Ei sunt o țară care iubeşte pacea, cu un puternic simț al mândriei. Germania reflectă personalitatea Roşie, promovându-şi filozofiile în întreaga lume, cu încrederea evidentă că ei au dreptate şi ceea ce cred ei ar trebui să fie adoptat de toți. Elveția reprezintă Albii care niciodată nu încep războiul, dar ei întotdeauna numără banii în linişte când s-a sfârşit. Aşa merg lucrurile şi cu relațiile dintre indivizi.

Logic

Atât Roşii cât şi Albii au capacitatea de a fi foarte logici. Ambii pot fi foarte şireți. Roşii sunt adesea închistați în acest mod de gândire, în timp de Albii sunt capabili de a acționa cu mult succes la fiecare nivel emoțional sau logic. Capacitatea lor naturală de a se descurca bine cu logica înseamnă că relațiile Roşii-Albi se pot bucura de discuții cordiale pe un număr mare de subiecte. Puternic legată de

acest lucru este abilitatea Roşiilor de a comunica direct folosind fapte, în timp ce Albii pot face acest lucru folosind fapte şi sentimente. Ei de asemenea fac o pereche bună, deoarece Roşii stimulează conversațiile, iar Albii clarifică şi încurajează un ton al sentimentelor în conversații.

DELEGĂTOR versus AUTOR

Roşii se simt foarte confortabil în rolul de a delega. Ei dau ordine bine. Permit altora să îşi facă treburile odată ce i-au delegat. Încurajează individualitatea. Albii apreciază această libertate. Albii realizează numeroase lucruri pe care alții nu le vor şti niciodată. Ei nu îşi difuzează activitățile în modul în care o fac adesea Roşii. Ei pur şi simplu îşi îndeplinesc sarcinile de lucru şi îşi văd de treabă, urmărind interese personale într-un mod confortabil, obişnuit. Nici nu pare să îi deranjeze stilul celorlalți. Le respectă diferențele şi apreciază că nici nu este receptiv la schimbare pentru alții, deci de ce să irosească timp sau energie încercând?

NERĂBDĂTOR versus RĂBDĂTOR

Albii explică în linişte firea unui Roşu. Este ca şi cum aceasta nu este o mare problemă pentru ei. Ei par să facă acest lucru cu uşurință, aşa cum un turist la Yellowstone se aşteaptă să vadă Old Faithful erupând conform unui program. În timp ce nu sunt mulțumiți cu aceasta, Albii par să fie mai puțin preocupați de nerăbdarea Albilor decât sunt alte personalități. Albii cred că totul va reveni aceluia care aşteaptă.

Roşii rezolva treaba. Albii îşi asumă discret rolul de prieten şi sprijinitor. Uneori, Roşii sunt pe nedrept criticați din cauza firii lor nerăbdătoare. O femeie Albastră mi-a spus cât de nedrept îşi judecase părinții, dar nu a putut trece peste preferința ei pentru tatăl ei (Alb) față de mama ei (Roşie). „Tata era atât de puțin pregătit pentru viață” spunea ea. „El nu a putut să țină o slujbă, şi când, în sfârşit, a obținut una, nu vroia să plece în concediu de teamă că o va pierde când se va întoarce. Într-o vară, mama mea pur şi simplu ne-a urcat pe toți în maşină şi ne-a dus la Yosemite pentru o vacanță de două săptămâni. În ciuda preocupării ei evidente pentru bunăstarea noastră, am urât-o atunci, şi nici astăzi nu mă bucur de compania ei. Se pare că la ea nu era vorba nici de spirit nici de suflet. Totul era îndeplinire şi obligație – şi încă o îndeplinire cu zel. Cumva, tatăl meu m-a învățat să visez, să iubesc şi să simt. Când a murit, am pierdut un prieten foarte răbdător şi înțelegător. M-am simțit abandonată, deşi eram lăsată în îngrijirea foarte capabilă a mamei mele. „

EXIGENT versus NEEXIGENT

Citatul meu favorit privind percepția Roşilor asupra abilității Albilor de a se afirma a venit din partea unui puternic avocat Roşu care era frustrat de soția lui pasivă Albă care încerca să se afirme în căsnicia lor. Într-o zi era deosebit de supărat şi a comentat: „A trăi cu ea este ca şi cum aş trăi cu o persoană care a citit o carte despre auto-afirmare cu jumătate din pagini deja smulse”. Inițial, Roşii consideră dificil să rivalizeze cu Albii, când aceştia devin mai exigenți într-o relație. Cu toate acestea, ei învață repede să aprecieze interacționarea crescută, iar relația se îmbunătățeşte adesea odată cu această schimbare.

Roşii sunt cei mai exigenți din punct de verbal dintre personalități. Albii sunt cel mai puțin exigenți din punct de vedere verbal. Părinții Roşii aşteaptă mult de la copiii lor. Patronii Roşii aşteaptă mult de la angajații lor. Copiii şi angajații Albi sunt adesea cel mai bine dotați pentru a face față cerințelor mari ale Roşiilor. Albii pur şi simplu tind să accepte relația aşa cum este şi nu cer mult de la altă persoană.

Este în mod deosebit frustrant pentru Roşii faptul că Albii adesea nu îşi stabilesc obiective într-o relație. Roşii sunt atât de orientați spre un scop, încât se aşteaptă ca oricine altcineva să fie la fel. Albilor le este adesea comod să plutească prin viață, în timp ce Roşii doresc planuri de acțiune

predeterminate. Albii nu văd nevoia de a-şi stabili obiective, şi rareori le urmează cu atâta tenacitate ca Roşii. Acest lucru poate fi enervant pentru ambele personalităţi.

PUTERNIC VERBAL versus PUTERNIC NON-VERBAL

Este foarte amuzant să priveşti personalităţile Roşii şi Albe într-un duel puternic. Roşii îşi verbalizează poziţia, în timp ce Albii se exprimă non-verbal. Până la urmă, este o chestiune nesigură în legătură cu cine este de fapt mai puternic. Este adesea dificil de stabilit învingătorul. Foarte interesante, totuşi, sunt *stilurile* lor de prezentare. Vă amintiţi de vânător şi de vânat? Cine iese învingător cu adevărat? Cât timp vânătoarea este încă în desfăşurare, este greu de spus.

O mamă Albă iubitoare a asistat cum fiul ei Roşu arogant a părăsit şcoala, a experimentat scena drogurilor şi a fugit de acasă. Ea şi-a afirmat poziţia cu discreţie cu privire la alegerile lui. El a continuat să se înfurie pe viaţă şi pe toţi aceia cu erau intim legaţi de el. În cele din urmă, el a dorit să renunţe la scena drogurilor şi să îşi regăsească locul la şcoală şi acasă. L-am întrebat ce l-a făcut să se răzgândească. El a spus, „Te-ai simţit vreodată ca şi cum ai fi alergat într-un maraton şi acolo era cineva chiar lângă tine, întrecându-se cu tine, dar dându-ţi suport moral constant şi oprindu-se mereu pentru a-ţi da apă de pe margine? Indiferent ce făceam, nu o puteam face să se răzgândească. Atâta m-a istovit, până când am hotărât în final că ea ştia mai bine să alerge în cursa vieţii decât mine".

NU CAUTĂ SFATURI versus ACCEPTĂ SFATURI DE BUNĂVOIE

Roşii şi Albii diferă în felul în care abordează sfaturile. Roşii adesea nu caută sfaturi. Albii nu caută sfaturi în aceeaşi măsură în care acceptă sfaturi. Din cauza modului lor discret, Albii par să aibă nevoie de sfaturi şi protecţie. În general vorbind, Albii sunt mult mai înclinaţi să fie receptivi la sfaturi decât Roşii, în special când li se oferă cu amabilitate.

ÎI CRITICĂ PE ALŢII versus TOLERANT CU ALŢII

Cei mai mulţi Roşii sunt critici, în timp ce însoţitorii lor Albi în mod înnăscut se consideră pe sine foarte toleranţi. Foarte puţine lucruri îi fac pe Albi să critice, în timp ce Roşii consideră numeroase comportamente ale altora ca fiind inacceptabile. Roşii adesea îşi exprimă în cuvinte dezaprobarea, ceea ce îi îndepărtează pe ceilalţi şi crearea unei relaţii apropiate devine dificilă, pe când Albii îi invită pe alţii să împărtăşească şi să sprijine de bunăvoie diferenţele de opinie.

O pacientă Albă a fost umilită când iubitul ei aproape că a început o bătaie cu pumnul cu un bărbat care a parcat prea aproape de maşina lui. A fost jenată de exprimarea furiei lui în mod public şi a simţit că simţul lui critic era total neadecvat. Ea chiar a ameninţat că va părăsi maşina şi se va duce pe jos acasă, dacă el nu urca imediat în maşină şi nu pleca. El s-a simţit îndreptăţit, deoarece celălalt individ nu avea de ce să parcheze atât de aproape, şi cineva trebuia să i-o spună. (Cine mai bine decât un Roşu, corect?). Ea a simţit că aceasta era doar încă o confruntare inutilă care nu ar fi avut loc fără ochiul lui mereu critic.

AROGANT versus SE SIMTE IMPERFECT

O femeie Albă s-a simţit atât de neadecvată şi imorală (avea un copil dinafara căsătoriei), încât s-a căsătorit cu primul bărbat cunoscut care a iubit-o şi care avea un caracter puternic. (Ea spera ca nobilul lui caracter să compenseze lipsa ei de moralitate. Ea spera ca dragostea lui pentru ea să sporească iubirea ei pentru ea însăşi). În mod egoist, ea s-a căsătorit cu acest bărbat şi cu supunere a stat cu el timp de optsprezece ani, mascându-şi toate sentimentele adevărate şi niciodată necăutând în sinea sa pentru a descoperi adevărata ură pe care o simţea pentru „fiinţa sa fără coloană vertebrală, imorală". Ne-am întâlnit la terapie după ce se îndrăgostise de un alt bărbat şi avea o aventură, doar pentru a descoperi că nu mai putea trăi cu soţul ei, deoarece nu îl iubea. (Normal, ea nu îl iubise *niciodată*. Se folosise de el pentru a se simţi mai bine în legătură cu ea însăşi). Ea nu era deloc „o

persoană fără coloană vertebrală, imorală". Era minunată, o ființă capabilă, care făcuse nişte alegeri greşite. Decât să se vadă pe sine cu acuratețe, ea a găsit un soț care se iubea pe sine şi pe ea şi care va acoperi de bunăvoie toate imperfecțiunile ei. Cu trei copii mai târziu, ea s-a trezit şi a văzut în sine persoana minunată care era cu adevărat, iar acum prețul pentru faptul că inițial a luat-o pe calea mai uşoară a fost un soț distrus, trei copii frustrați, o familie extinsă şi prieteni trădați; un preț mult mai mare decât ar fi fost, dacă ea ar fi fost în stare să îşi ridice propria imagine şi să se accepte pe sine şi alegerile ei greşite, mai târziu.

Roşii, adesea se îndepărtează cu aroganța lor, în această lume minunată a emoțiilor. Ei adesea nu cunosc adevărata prietenie, deoarece ei nu pot fi apropiați de cineva care este mai bun sau mai rău decât ei. (Intimitatea necesită egalitate). Aroganța este o apărare superficială a unei bogate comori care este ascunsă în inima Roşiilor. Fie renunță la această apărare superficială, jalnică, lăsându-se să cunoască intimitatea şi vulnerabilitatea, fie rămân prizonieri pe viață în celulele construite de ei înşişi. Uneori, mă întreb dacă pasivitatea răbdarea şi acceptarea Albilor poate fi cea mai eficientă metodă pentru a ademeni la suprafață, în cele din urmă, emoțiile Roşiilor.

ARUNCĂ VINA ALTORA versus SE SIMTE FOARTE VINOVAT

El era unul din cei mai amabili oameni pe care îi întâlnisem vreodată într-o şedință de terapie. Arăta foarte pierdut şi părăsit. A început şedința noastră prin a-mi povesti despre fiica lui prețioasă, Linda, care îşi zăngănea pătuțul începând de la vârsta de un an pentru a pleca. Era Roşie – pretinzând tot timpul. Peste ani, s-a revoltat împotriva standardelor lor, a început să ia droguri, a părăsit şcoala, avea aventuri, şi până la urmă a fugit de acasă.

Odată, el şi fiul lui adolescent (Roşu) au primit un telefon de la cabinetul psihologului Lindei, spunându-le să o îndepărteze cu forța din biroul lui şi să o ducă la un centru de tratament din pe coastă. Ei au fost de acord. Ea era furioasă şi în furia ei l-a scuipat pe tatăl ei (Alb) pe față, în timp ce acesta o reținea pe bancheta din spate. El nu a făcut nimic pentru a se răzbuna. Ea s-a întors spre fratele ei (Roşu) în partea cealaltă pentru a-i face şi lui acelaşi lucru. El a spus cu calm, aproape sperând să fie sfidat, „Doar încearcă, iubito, şi niciodată nu vei mai fi în stare să scuipi". Ea era furioasă, aşa că s-a întors din nou spre tatăl ei şi l-a scuipat din nou.

L-am întrebat de ce îi permisese să se comporte cum s-a comportat. Mi-a spus că s-a simțit atât de vinovat, încât nu a putut s-o învinovățească pentru scuipat. L-am întrebat ce făcuse încât să se simtă atât de vinovat, şi nu a putut să spună nimic. Totuşi se simțea vinovat. Ea a folosit acest lucru asupra lui întreaga ei viață. Ea ştia că fratele ei Roşu nu ar accepta, astfel încât s-a purtat astfel față de tatăl ei Alb stăpânit de vină.

La un moment dat ea împărțise baia cu fratele ei. Ea a fumat, iar el i-a spus să nu mai facă asta în baie. Ea l-a ignorat şi a făcut acest lucru oricum. Într-o zi, el a luat scrumiera ei din baie şi a presărat scrumul pe cearşaful ei şi a refăcut patul. Ea nu a mai fumat niciodată în baia lor. Tatăl părea mulțumit că fiul lui putea să se opună fiicei lui atât de eficient, dar nu era în stare sau nu dorea să o provoace în acelaşi mod. Având undă verde din partea tatălui ei, Linda cea foarte imatură a continuat să îl învinovățească pe el pentru viața ei dezordonată.

OBSESIV-SILIT versus DEVOTAT NUMAI ATUNCI CÂND ESTE INTERESAT

Roşii de obicei devin pasionați de orice are legătură cu ei. Ei seamănă cu un adolescent căruia îi place orice modă nouă care apare. Fie că este mâncare, sport, religie, sau orice altceva, Roşii sunt cunoscuți că iau poziții extreme. Este greu să îi împiedici. Ei pot mânca prea mult cu aceeaşi vigoare cu care se trezesc la 6:00 A.M. să lovească o mingiuță albă în găuri pe iarba verde. Indiferent care este obsesia, ei sunt siliți în legătura cu aceasta. Albii sunt în stare să se devoteze la fel de profund, dar simt foarte puțină obligație să o urmeze. Totuşi, ei sunt la fel de tenace când simt devotamentul. Fosta vedetă de tenis, Bjorn Borg, care pare să fie o personalitate Albă, a domnit ca rege al tenisului până

când şi-a pierdut interesul. El nici măcar nu a încercat să îşi recapete dorinţa. Pur şi simplu a abandonat. Roşii sunt mult mai înclinaţi să se reafirme şi forţează dorinţa pentru a o adapta la obsesie.

SLAB ASCULTĂTOR	versus	ASCULTĂTOR EXCELENT

Roşii în general preferă dezbaterile unei conversaţii obişnuite. Albilor le este foarte plăcut doar să audă ce au de spus alţii. Roşii sunt atât de siguri că ştiu totul, încât adesea nu consideră necesar să acordă întreaga atenţie detaliilor din conversaţie. Ei sunt mai preocupaţi să dea sfaturi şi să obţină rezultate. Sentimentele sunt mai puţin importante decât faptele. Un tată (Roşu) era mai interesat de problemele de viitor pe care fiica sa (Albă) supraponderală le va avea „când se va stabili la un soţ" decât de sentimentele de respect de sine scăzut pe care le cauza situaţia ei cu greutatea.

Oamenii adesea îi caută pe Albi pentru răbdarea lor şi pentru modul blând pe care îl folosesc pentru a discuta diferenţele de opinie. Ei sunt dispuşi să acorde timpul care este necesar pentru a înţelege pe deplin o altă persoană. Albii sunt cu adevărat interesaţi de sentimentele şi situaţiile de viaţă ale altora. Lor le place să fie incluşi în viaţa altora, şi cu generozitate acordă timpul necesar pentru a încuraja relaţii calde, bazate pe comunicare.

Niciodată „nu face altora ceea ce ai vrea ca ei să îţi facă ţie"
dacă nu au aceeaşi culoare de personalitate ca şi tine.
Întotdeauna „fă altora ceea ce ei ar vrea ca tu să le faci lor".
Vorbeşte limba lor.

OBŢINAND CE ESTE MAI BUN DIN CONTRARIILE COMPLEMENTARE

Roşii au nevoie de Albi:	**Albii au nevoie de Roşii:**
Să îi calmeze în crize	Să îi motiveze
Să îi asculte	Să îi inspire şi să îi încurajeze
Să îi facă să renunţe la idei	Să îi conducă
Să se simtă în siguranţă	Să împartă riscurile
Să încurajeze compromisul	Să îi organizeze
Să delege responsabilitatea	Să stabilească limite sănătoase
Să îi echilibreze cu scop	Să le asigure viziunea
Să le reamintească de calitate contra cantitate	Să îi menţină orientaţi spre o sarcină de lucru
Să comunice logic	Să stabilească scopuri şi obiective

CONFLICTE POSIBILE ALE CONTRARIILOR COMPLEMENTARE

Roşii Albii

Prea exigenţi	Prea îngăduitori
Aroganţi	Se îndoiesc de sine
Autoritari	Pasivi
Cu opinii prea puternice	nedevotaţi
Întotdeauna au dreptate	Uşor de părăsit
Încăpăţânaţi verbal	Încăpăţânaţi în mod tăcut
Adesea promovează conflictul	Promovează pacea cu orice preţ
Întotdeauna spun	Întotdeauna întreabă
Lipsiţi de tact şi nepoliticoşi	Tânjesc după amabilitati
Dependenţi de muncă	Leneşi

RELAŢII ROŞU-GALBEN

„Foc prietenos”

Această combinaţie de personalităţi este una vibrantă. Roşii şi Galbenii se bucură de tachinări verbale şi se bucură de libertate faţă de foarte mult din bagajul emoţional şi de simţămintele puternice cunoscute de alte personalităţi. Ei sunt aventuroşi şi energici şi adesea îi uimesc şi îi amuză pe prieteni cu pofta lor de viaţă şi cu multele realizări. Ei adesea se luptă cu egocentrismul Galbenilor şi cu egoismul Roşiilor. Lucrul comun evident este preferinţa lor de a avea grijă de numărul unu – ei înşişi.

Ambii sunt pasionaţi de schimbare şi nu prea au nevoie să se preocupe de stabilitate. Această combinaţie Roşu-Galben este cel mai greu de susţinut între cupluri devotate, căsătorite. Fiecare trebuie să lucreze pentru a menţine o viziune sănătoasă asupra celuilalt. Ei trebuie să modeleze zburdălnicia Galbenului şi productivitatea Roşului. Această combinaţie de personalităţi îmi aminteşte de o excursie pe râu – lipsită de griji, totuşi productivă, plină de aventură, emoţie şi pasiune. Cu toate acestea, lipsa de devotament a Galbenilor şi firea pretenţioasă a Roşilor se pot dovedi dificil de combinat, dacă Roşii nu arată mai multă generozitate şi Galbenii nu îşi dezvoltă o fire responsabilă. Pe o notă pozitivă, ei par să se preţuiască pe sine şi să simtă un devotament pentru experienţe şi provocări noi în viaţă.

Fără îndoială, acest amestec
este cel mai dificil pentru a rămâne căsătoriţi.
Când este sănătos, acest amestec nu suferă de bagaj emoţional
şi cunoaşte viaţa la maximum.

CONSIDERAŢII GENERALE

Personalitate Roşie	Personalitate Galbenă
MOTIV	
Putere	Distracţie
NEVOI	
Să aibă dreptate	legături superficiale
Să fie respectat	să fie lăudat
Să pară bun altora	să pară bun altora
(academic)	(social)
recunoaştere intelectuală	acceptare socială
DORINŢE	
Aprobare din partea a câtiva selectaţi	aprobare de către mase
Aventură incitantă	aventură veselă
Conducere	libertate
Să se mulţumească pe sine	să fie remarcat
Să îşi ascundă nesiguranţele (puternic)	să îşi reţină nesiguranţele (slab)
STIL DE COMPORTAMENT	
Îi place schimbarea	pretinde schimbarea
Profil superior	profil superior
Complexitate mare	complexitate redusă
Controlează	tânjeşte după libertate
Logic	emotiv
Comunicare directă	comunicare directă

(cu fapte)	(cu fapte şi sentimente)
Delegător	delegător/autor
Nerăbdător	cu fire blândă
Exigent	antipatic

RELAȚII: LEGĂTURILE DINTRE CULORI

Personalitate Roşie	**Personalitate Galbenă**
zelos nepăsător	
posesiv	neposesiv
înfruntător	evită confruntarea
puternic verbal	puternic verbal
manipulator	caută să scape
nu poate iubi uşor, dar cu angajament puternic	iubeşte cu uşurință dar angajamentul este slab
productivitate foarte bună	productivitate risipită
sfidează regulile	sfidează regulile
lipsit de tact	lipsit de tact (foloseşte umorul)
dă sfaturi şi aşteaptă să fie urmate	dă sfaturi, dar nu îi pasă dacă sunt urmate
nu caută sfaturi de la alții	primeşte cu bucurie sfaturi bune
intimidează	îmbie
îi critică pe alții	acceptarea altora
arogant	orgolios
aruncă vina altora	rareori aruncă vina sau o acceptă
neiertător, dar trece mai departe	iertător
inovator	inovator
negativpozitiv	
obsesiv-silit	lipsit de disciplină
îi este greu să îşi împărtăşească sentimentele	îi este uşor să îşi împărtăşească sentimentele
slab ascultător	slab ascultător
dă vina pe alții	dă vina pe alții
orientat spre conflict	evită conflictul
înfăptuitor	leneş
minte ca să salveze aparențele	minte ca să salveze aparențele şi să nu dezamăgească
se aşteaptă la mult	aşteptări scăzute
nu apreciază	apreciază
consecvent	inconsecvent
hotărât relaxat	
concentrat	risipit

RELAȚIILE INTERPERSONALE DINTRE ROŞII ŞI GALBENI
(prezentare în detaliu)

PUTERE versus DISTRACȚIE

Ea ştia că el era puternic când s-a căsătorit cu el. El se bucurase de o carieră de succes în afaceri cu petrol. A acoperit-o cu cadouri şi i-a făcut inima să tresare tot timpul cu intimități romantice. Ea era ca strălucirea soarelui în viața lui. Plină de căldură, ea iradia fericire şi pasiune. Ea reprezenta tot ce el pierduse pentru cariera lui greu de condus. Ea simțea că el îi era mai devotat decât fusese vreodată carierei lui, şi avea dreptate. Totuşi, ea a uitat doar cât de devotat fusese el întotdeauna şi încă era, lui însuşi. Într-o zi, el a invitat-o la o plimbare de plăcere în Rolls-Royce-ul lor decapotabil să se bucure de un picnic pe plajă. Ea a fost impresionată de acest gest jucăuş. Când el a început să conducă într-o altă direcție, ea a devenit întrucâtva bănuitoare. Curând după aceea, planul lui egoist a devenit mai evident. Ei se îndreptau spre casa mamei sale. Acest om Roşu îşi disprețuia mama, dar se simțea obligat să o viziteze periodic, şi făcea acest lucru numai împreună cu frumoasa lui soție Galbenă, care putea purta discuția. El încă avea grijă de el însuşi. Posibilitățile amuzante ale picnicului au fost repede îndepărtate de motivul mai egoist de a-şi satisface obligațiile lui personală de a-şi vizita mama.

Dezorganizarea Galbenilor adesea îi şicanează pe Roşii, tot atât de mult cât Roşii îi şicanează pe Galbeni cu obsesia lor pentru putere. A-şi conduce viața este esența puterii personale. Galbenii, de obicei, nu reuşesc să înțeleagă importanța puterii personale şi a responsabilității. Roşii se pricep să disece problemele şi să dea sens vieților lor. Ei sunt direcți şi se bucură de a avea controlul asupra a tot ceea ce fac. Galbenii îi înfurie pe Roşii cu preocuparea lor obişnuită pentru probleme financiare, obligații sociale şi protocol. Ei sunt mai interesați de a petrece timpul cu oameni fascinanți care râd, decât cu oameni care le controlează viața. Roşii se bucură de control şi nu consideră să existe vreo altă personalitate mai dificil de controlat decât Galbenii. Precum o pasăre, Galbenii pur şi simplu îşi iau zborul şi aterizează când au chef. Roşiilor adesea nu le place frivolitatea şi simt că puterea lor absolut importantă este amenințată de batjocura obişnuită pe care Galbenii le-o arată frecvent.

SĂ FIE RESPECTAT versus SĂ FIE LĂUDAT

Roşii sunt mult mai preocupați să fie respectați, în timp ce Galbenii în mod tipic sunt dispuşi să renunțe la respect sau la putere în favoarea atenției. Roşii au întotdeauna grijă de ei înşişi, în timp ce Galbenii speră că *alții* au grijă de ei. Roşii vor să producă filmul şi să câştige banii, în timp ce Galbenii vor să fie pe ecran şi să câştige aprecierea publicului.

Roşii adesea nu ştiu să facă bine complimente. De fapt, ei în general nu sunt în largul lor să facă sau/şi să li se facă nişte complimente. Treburile care trebuie să fie făcute, ar trebui să se facă fără tobe şi trâmbițe, după aprecierea unui Roşu. Galbenii n-ar putea să dezaprobe mai mult. Ei fac complimente cu uşurință şi sinceritate. Lor le place să aibă recunoaştere. Poate că cea mai mare nevoie pe care o au Galbenii cu privire la relațiile interpersonale, este aceea de a fi lăudați. Ei rareori primesc acest lucru de la însoțitorii lor Roşii. Numeroase certuri de familie inutile îşi au, de fapt, originea de la părinți Roşii care au neglijat să îşi laude copiii Galbeni. Patronii Roşii ratează un stimulent uşor când neglijează să îi complimenteze pe angajații Galbeni.

Roşii pretind doar respect. Pentru ei, respectul este mai important decât lauda. Roşii cer să fie văzuți drept experți, conducători, cei pricepuți. Ei vor întoarce favorul înzecit. Roşii şi Galbenii au nevoi foarte diferite. Fiecare trebuie să învețe mult de la celălalt dacă trebuie să aprecieze unul altuia stilurile diferite.

SĂ PARĂ BUN ALTORA (ACADEMIC) versus SĂ PARĂ BUN ALTORA (SOCIAL)

Atât Roşii cât şi Galbenii vor să pară buni. Poate că nimic nu îi aliază mai mult decât acest motiv de a-şi ascunde imperfecțiunile pentru a părea buni la suprafață. Roşii şi Galbenii se luptă cu intimitatea, deoarece ei preferă să nu rişte emoțional în relații. Roşii sunt mai direcți în ipostaza lor

defensivă de protejare a sentimentelor lor. Ei nu sunt timizi sau inocenţi în refuzul de a relaţiona intim cu alţii. Galbenii par inocenţi şi adesea îi îmbie pe alţii cu sinceritate impertinentă. Cu toate acestea, şi ei se opun unei intimităţi reale. Galbenii îmi amintesc de căprioarele din pădure. Ele sunt frumoase de văzut, dar dacă te apropii prea mult, dispar repede în frunzişul care le ascund şi le protejează. Galbenii în mod instinctiv concentrează conversaţia asupra altora. Lor adesea le este greu să vorbească despre adevăratele lor sentimente, deoarece le este teamă de critica altora. Fără a avea un ochi antrenat, oamenii adesea cad direct în capcană şi petrec o seară sau chiar o viaţă cu Galbeni, discutând intimităţi, dar nefiind niciodată de fapt intimi. Poate că elementul care lipseşte în cea mai mare măsură din această combinaţie este profunzimea emoţională. Nici unul nu se îngrijeşte de nevoile celorlalţi. Ambii se luptă cu intimitatea. Împreună, pentru Roşii şi Galbenii momentul cel mai greu este să îşi recunoască imperfecţiunile. De asemenea, ei trebuie să se străduiască foarte mult pentru a trece cu vederea imperfecţiunile celuilalt, mai degrabă decât să şi le amintească la o dezbatere sau tachinare ulterioară. Este mai probabil ca Galbenii să se expună, dar nici unul din ei nu riscă de bunăvoie la nivelul de reală intimitate. Ambii au nevoie de răbdare şi încredere pentru a se putea elibera de secretul lor cel mai bine păzit – nesiguranţa lor.

Aprobare

Nu este surprinzător că ambele din cele mai verbale personalităţi caută aprobare, în timp ce personalităţile mai pasive caută acceptare. Galbenii şi Roşii caută aprobarea din motive complet diferite. Galbenii caută aprobare pentru a şti că sunt doriţi social. Ei nu par să îşi preţuiască propria lor opinie, aşa cum fac cu opinia altora. În mod tipic, Roşii sunt impresionaţi de calităţile sociale ale Galbenilor. Roşii vor aprobare pentru faptele lor de natură intelectuală. Ei au nevoie să ştie că alţii îi aprobă din punct de vedere academic. Galbenilor li se pare uşor să aprobe capacitatea intelectuală a Roşilor. Cu ceea ce se luptă ei este stilul arogant pe care Roşii îl folosesc adesea pentru a se prezenta.

AVENTURĂ INCITANTĂ versus AVENTURĂ VESELĂ

Nici o altă combinaţie de personalităţi nu poate începe să rivalizeze cu spiritul de aventură al unei sănătoase echipe Roşu-Galben. Ei sunt dispuşi să abandoneze multe din luxul vieţi pentru a călători în lume, pentru a risca pericole fizice, pentru a cunoaşte noi oportunităţi. Ei sunt cunoscuţi că se remodelează constant, întorcându-se la şcoală, călătorind, asistând la jocuri, etc. Ei sunt grozav de spontani şi activi.

Profilul superior

Personalităţile Roşii şi Galbene se simt în siguranţă cu ei înşişi şi deschişi la noi provocări şi oportunităţi. Le place vizibilitatea. Ei nu lucrează în culisele vieţii, ci preferă să fie în prim-plan. Ambii se bucură de oameni şi adesea se confruntă unii cu alţii pentru a fi în lumina rampei. Roşii reuşesc să îşi păstreze profilul superior prin cunoştinţe, muncă susţinută, şi calităţi de conducere. Galbenii reuşesc să şi-l menţină pe al lor prin dragostea lor înnăscută pentru oameni, stilul carismatic şi energia pozitivă.

CONTROLEAZĂ versus TÂNJEŞTE DUPĂ LIBERTATE

Imaginaţi-vă o mamă Roşie hotărâtă alergând după un copil mic fugar Galben care a scăpat prin uşa deschisă de la intrare. Roşii vor să controleze destinul celor mai mulţi oameni. Galbenii vor dreptul de a-şi hotărî propriul lor destin. Ori de câte ori Galbenii simt că libertatea le este pusă la încercare, ei se opun. Roşii adesea se necăjesc încercând să canalizeze pofta de viaţă a unui Galben. Ambii se bucură de avantajele percepţiilor celuilalt despre cum să îşi trăiască viaţa. Roşii oferă

responsabilitate. Galbenii oferă stârnirea curiozității. Ei îşi văd în mod foarte diferit rolurile în relații. Un amestec de succes necesită o acceptare a perspectivei celuilalt.

NEEMOTIV versus EMOTIV

Galbenii pot trăi fără legătura profunzimii emoționale de care au nevoie Albaştrii, dar ei sunt adesea uimiți – nepregătiți pentru expresia limitată pe care o arată Roşii. Un soț Galben a țipat la soția lui Roşie, „Mi-ar plăcea să te vă măcar o dată că cedezi şi îți arăți adevăratele sentimente. Eşti stoică. Este ca şi cum ai scoate apă din piatră. Renunț! Chiar aşa fac! Nici un om nu poate să fie atât de *inuman*!”

Roşii chiar acceptă afişarea emoțională a unui Galben, şi chiar pasiunea lor pentru emoții. La pensionare, un angajat Roşu i-a spus colegului său Galben, „Ei bine, trebuie să spun acest lucru despre tine. Eşti în mod categoric unul la un milion. Nu am întâlnit niciodată pe cineva atât de vivace şi încărcat emoțional cum par tu pentru viață”.

Logic

Poate că farmecul salvator din relațiile Roşu-Galben din perspectiva unui Roşu este abilitatea celui Galben de a raționa. Roşii sunt atât de capabili cu puterea lor de raționare, încât ei se bazează pe abilitatea celeilalte persoane de a-i întâlni pe terenul lor. Galbenii pot face acest lucru. Ambele personalități se pricep să dezbată probleme, fără să recurgă în mod necesar la drame emoționale. Ei au în comun deprinderi verbale puternice. Roşii şi Galbenii se bucură de plăcerea de a dezbate cu îndrăzneală puncte de vedere opuse, şi să rămână neatinşi personal. Ambii sunt mai degrabă direcți în comunicare. Relația lor este unică prin abilitatea lor reciprocă de a raționa.

DELEGĂTOR versus DELEGĂTOR / AUTOR

Nici o personalitate nu delegă direct în felul în care o fac Roşii. Ei sunt maeştri în a vedea imaginea largă şi de a selecta indivizi competenți pentru a continua cu detaliile. Galbenii au şi ei această abilitate de a transfera altora responsabilități. Şi ei se simt în largul lor cu delegarea, şi au încredere că alții vor finaliza munca lor. Roşii au avantajul viziunii, în timp ce Galbenii au avantajul încrederii. Galbenii nu se luptă cu controlul aşa cum o fac Roşii. Ei îi ademenesc pe alții să le urmeze conducerii lor.

Până la urmă, Roşii sunt cei care, în general, rămân devotați şi au succes în funcția de conducere. Ei sunt conducători hotărâți care sunt dispuşi să se concentreze asupra sarcinilor de lucru. În mod tipic, Galbenii preferă să acționeze undeva în organizație sau în mod propriu. Conducându-i pe alții poate părea prea solicitant şi neplăcut în comparație cu munca efectivă. De exemplu, un Profesor universitar Galben care a devenit şef de catedră abandonează postul brusc după numai doi ani, deoarece îi lipsea apropierea de studenți şi prestația la clasă. Pregătirea planurilor de catedră şi lupta cu politica universității i-a adus mai mult frustrare decât recompensă.

EXIGENT versus ANTIPATIC

Galbenii sunt adesea slabi judecători ai caracterului. Ei tind să fie mai preocupați de a se distra decât de eventualele consecințe negative de a umbla cu prieteni nepotriviți. Un adolescent Galben de şaisprezece ani îl imita şi îl şicana pe tatăl lui Roşu dominator, atât de mult încât tatăl, în cele din urmă i-a cerut fiului să se schimbe. „De ce nu renunți la atitudinea asta prostească a ta, şi să spui prietenilor tăi că eşti un om de afaceri acum şi singurul lucru de care îți pasă sunt tranzacțiile de afaceri?” a cerut el.

Cu toată diplomația unui adolescent Galben, fiul a replica sarcastic, „Da, bine, tată! Acum sunt om de afaceri. Iau în considerare numai tranzacțiile de afaceri”. Întorcându-se spre mine, ca şi cum eram unul din prietenii lui, a continuat, „Pe viitor va fi necesar să îmi contactezi secretara pe probleme sociale pentru a planifica orice şedințe de terapie, ca să nu intrăm în conflict cu afacerile. Acest lucru este necesar ca să nu împiedicăm orice alte dezamăgiri ale preşedintelui consiliului, tatăl meu”.

În seara următoare, s-a îmbătat şi a adormit în maşina prietenului său. În dimineața ce a urmat a trebuit să alege trei mile ca să ajungă la timp să lucreze ca picolo în restaurantul tatălui lui. Cu cât devenea tatăl mai pretențios, cu atât mai antipatic devenea fiul. Cu cât mai antipatic devenea fiul, cu atât mai pretențios devenea tatăl.

Există un final fericit al acestei povestiri. Roşii şi Galbenii au nevoia comună de a părea buni altora. Tatăl şi fiul au putut ajunge la un compromis care le permitea ambilor să salveze aparențele în comunitate şi în fața prietenilor băiatului.

ZELOS versus NEPĂSĂTOR

Roşilor pare să le pese de orice, în timp ce Galbenilor pare să nu le pese de nimic. Roşii sunt foarte zeloşi (obsesiv-silit), în timp de Galbenii sunt nepăsători şi adesea indisciplinați. Ei reprezintă stiluri opuse. Roşii în mod tenace atacă probleme şi insistă până când au soluții. Galbenii în mod deliberat renunță la probleme, convinşi că oricum, cele mai multe lucruri nu sunt niciodată rezolvate cu adevărat, aşa că de ce să te necăjeşti pentru ceva ce nu poți controla. Adesea Galbenii îi ajută pe alții să accepte că Roşii sunt într-adevăr oameni minunați care doar se lasă purtați de convingerile lor şi uită de elementul uman din viață. Roşii adesea îi mobilizează pe alții (inclusiv pe Galbeni) să acționeze şi să creeze un simț al scopului.

Din nou vedem cum deprinderile cu oamenii ale Galbenilor şi deprinderile cu sarcinile de lucru ale Roşiilor, dat fiind respectul reciproc, se pot completa unele pe altele.

POSESIV versus NEPOSESIV

Roşii sunt în mod tipic posesivi în legătură cu bunurile materiale şi cu relațiile personale. Galbenii sunt cel mai puțin posesivi dintre personalități. Ei iubesc oamenii şi se simt siguri că şi ei vor fi iubiți în schimb. Roşii simt că dragostea se arată cel mai bine prin comportament responsabil şi promisiuni respectate. În mod tipic, ei sunt nesiguri de dragostea altora pentru ei.

Uneori lipsa dorinței de posesiune a Galbenilor este concepută ca o deficiență în a ține la cineva. Aceia pe care ei îi întâlnesc, care au această percepție pot avea sentimentele rănite. Galbenii tind să simtă, „Dacă iubeşti pe cineva, lasă-i liberi; dacă ei se întorc, sunt ai tăi; dacă nu, ei nu au fost niciodată”. Roşii adesea par să creadă, „Dacă iubeşti pe cineva, lasă-i liberi; dacă nu se întorc, urmăreşte-i şi ucide-î”.

Orice culoare se poate combina cu succes cu orice altă culoare.
Totuşi, există anumite „lucruri date” pe care fiecare le amestecă cu experiența
Şi ar trebuie să accepte cu îndrăzneală.

OBȚINAND CE ESTE MAI BUN DIN CONTRARIILE COMPLEMENTARE

Roşii au nevoie de Galbeni:	**Galbenii au nevoie de Roşii:**
Să îi învețe carisma	Să îi ajute să se concentreze
Să converseze logic	Să îi laude
Să accepte conducerea lor	Să îi remarce
Să conducă bună dispoziție	Să rişte cu ei
Să îşi lărgească viziunea lor de miopi	Să le dea libertate
Să socializeze şi să fie idolatrizați de ei	Să le permită spontaneitatea
Să înțeleagă că spiritul lor critic nu îi	Să îşi păstreze atenția asupra sarcinii

vizează personal	de lucru
	Să accepte energia lor nețărmurită
Să îi învețe spontaneitatea	Să fie pozitivi şi să spună
şi râsul	„Îmi pare rău”.

CONFLICTE POSIBILE ALE CONTRARIILOR COMPLEMENTARE

Roşii Galbenii

Zeloşi nepăsători	
Dependenți de muncă	zburdalnici
Nepoliticoşi	insensibili
Ascund sentimentele intime	ascund sentimentele intime
Au deprinderi pentru verbale puternice	au deprinderi pentru verbale
pentru discuții	puternice pentru discuții
Caută puterea	caută intimitatea
Realişti şi profunzi	vorbăreți superficiali
Vor să pară buni	vor să pară buni
(intelectual)	(social)
Motivați	le lipseşte concentrarea pe direcție
Negativi şi critici	pozitivi şi toleranți.

Capitolul 11

LEGATURILE CU ALBASTRU

Din toate amestecurile de culoare
Aflate in relatie,
Combinatia Albastru-Albastru se bazeaza
Pe emotii adanci si angajament de lunga durata..

RELATIA ALBASTRU-ALBASTRU

„Inchisa si confortabila”

Dintre toate culorile aflate in relatie, combinatia Albastru-Albastru se bazeaza pe emotii adanci siangajament de lunga durata. Albastru sunt bazati pe intimitate, iar doi Albastru inseamna de doua ori responsabilitate. Un Albastru sanatos isi ia cel mai puternic angajament fata de sotia sa intr-un mariaj. Nici o alta casatorie nu are atat succes ca cea intre doi soti Albastru. Casatoriile Albastru-Albastru sunt de altfel cele mai comune casatorii intre oameni care au aceeasi culoare.

La serviciu, Albastru prezinta tendinte perfectioniste si apreciaza foarte mult dedicatia si angajamentul altor Albastru. Albastru este de loial celorlalti si are respect pentru autoritate. Albastru are incredere in Albastru. Este de incredere si constiincios, arareori vei vedea o lupta de putere intre Albastri. Singura exceptie o face un Albastru nesanatos, care este temator, ranit si furiosdatorita problemelor cu care s-a confruntat la slujba. Acest Albastru va face comentarii amare si respingatoare , dar, tipic pentru Albastru este ca se concentreaza pe responsabilitatile sale si ramane departe de manevrele politice de la locul de munca.

Aceasta combinatie de culori de obicei agreeaza relatiile calde, sensibile, bazate pe comunicare. Adesea sunt vazuti in rol de model pentru cladirea unor relatii importante intre oameni. Conexiunea Albastru-Albastru este sincera si presupune angajament. Impartasesc intr-un mod unic valorile integritatii si intimitatii.

A imparti intimitatea

Albastrii se valorizeaza unul pe celalalt. Nici o alta combinatie nu pune atat de natural accentul pe intimitate. Cand doi Albastru se intalnesc sau se casatoresc fac tot posibilul sa descopere activitati care sa le placa amandurora.

Albastru intelege ca intimitatea nu inseamna doar ce se petrece in dormitor. Le plac conversatiile dupa o cina tarzie, unde isi impartasesc grijile. Apreciaza foarte mult atingerea fizica si micile gesturi romantice de-a lungul zilei. Le pasa sincer atat de reusitele, cat si de esecurile celui pe care-l iubesc. Albastru intelege importanta amintirii atat a ocaziilor speciale, cat si a celor mondene. Sunt din nastere grijulii si demonstreaza ca lor le pasa cu adevarat.

Impartasirea intimitatii este punctul lor cal mai tare. Ei simt ca relatia lor e speciala si-i acorda prioritate totala. Combinatia Albastru-Albastru de toate tipurile (soti, copil/parinte, colegi, prieteni, etc) valorizeaza cel mai mult relatia si atinge o adancime pe care alte combinatii nu o inteleg sau nu o ating decat prin multa munca.

Nu se confrunta

O echipa de conducera de succes a unei firme tehnice era compusa din 5 membri. Patru dintre ei erau Albastru puternic introverti, iar al cincilea era un Rosu extravert cu o puternica tenta secundara Albastru. Proprietarul afacerii, un Galben, era frustrat de lipsa lor de pasiune si de relatiile de comunicare interpersonale. Fiecare membru fuses angajat ca expert pe specializarea sa si nu avea nici o dorinta de a interactiona in echipa. De fapt, ei il poreclisera pe patron „inginer social” de cand ei nu se putusera ralia la valorile construirii unei echipe.

Nu le placuse sa fie expusi sau fortati sa se confrunte unuii cu ceilalti, nu voiau sa se intreaca cu alt membru decat daca acela era absent. De prisos sa mai spun ca nu voiau sa lucreze cu patronul, astfel incat unii veneau tarziu, iar altii deloc la serviciu. Nu le placea pozitivismul patronului si simteau ca el nu are simtul realitatii pentru operatiunile de zi cu zi, in ciuda faptului ca formal el conducea operatiunile. Imaturitatea lor emotionala sabota orice interactiune directa intre ei, care putea creea un conflict.

La a treia sedinta, presedintele Albastru al echipei a admis ca a fost ideea sa ca patronul sa intervina, pentru ca echipa refuza sa lucreze impreuna. Postura defensiva a grupului impotriva patronului s-a diminuat semnificativ cand au realizat ca unul de-al lor ceruse asistenta. Creearea unei sinergii este dificila cand echipa de lucru este predominant Albastra. Ca si pisicile, isi aroga un teritoriu si prefera sa munceasca singuri.

Loialitate

Albastrii sunt loiali unul altuia, sunt loiali legii si ordinii, sunt loiali in angajamentele luate. Sunt loiali la astptarile societatii. Aceasta loialitate face ca relatiile lor sa fie foarte sigure. Combinatia Albastru-Albastru este loiala persoanelor din mariaj, familie sau cariera-dar nu loial institutiei. De exemplu, Albastru este loial sotiei, mai degraba decat obligatiilor sociale sau religioasa care decurg din juraminte sau certificatul de casatorie. Lui Albastru ii pasa de oamenii din societate. Nu accepta sa urmeze orbeste legea si ordinea sau asteptarile societatii. De exemplu, Albastru se lupta cu soferii beti pentru ca sufera pentru oamenii care ar avea de suferit de pe urma unor soferi care conduc sub influenta alcoolului. Combinatia Albastru-Albastru tine remarcabil ca relatia lor sa aiba o perspectiva buna si o face o prioritate absoluta in viata lor.

Angajament puternic

Orice angajament si-ar lua Albastrii, va reusi. Fac o echipa puternica si vor acorda timp si efort pentru a indeplini tot ceea ce valorizeaza. Parintii Albastru-Albastru sunt adesea perceputi ca prea protectori pentru ca au pretentia ca totul sa fie facut corect, de la lectii la distractii. Pe masura ce devin adolescenti, copiii nu ma spun ca parintii lor exagereaza cu munca, ci ca-i omoara cu munca! Un copil Galben de 14 ani era exasperat de parintii sai Albastri pentru ca ei se sustineau atat de mult unul pe celalalt, incat el se simtea incapabil sa-si sustina cauza inainte ca ei sa se uneasca impotriva lui.

Pietatea si verticalitatea pot de asemenea sa fie exagerate daca Albastru are o abordare moralista.

Combinatia Albastru-Albastru trebuie sa fie foarte atenta sa nu exagereze, pentru ca celelalte culori s-ar putea simti neglijate, judecate si/sau abuzate.

Intr-o nota pozitiva, relatia Albastru-Albastru prezinta un simt special al angajamentului unul fata de altul. Patrick Henry era omul pe care America se putea baza oricand. Sotia sa s-a imbolnavit de o boala mentala exact cand el era gata-gata sa ajunga presedinte al Statelor Unite, iar el a ales s-o ingrijeasca cu toata dragostea si devotamentul pana cand ea a murit. Oferirea demnitatii acestei femei-pe care altii ar fi abandonat-o cu usurinta in acest moment al vietii- a fost singura alternativa acceptata pentru acest sincer caracter Albastru ar fi putut s-o ia.

Apreciere

Cine apreciaza o pictura mai bine decat alt pictor? Albastru da atat de mult oricui, ca numai un alt Albastru poate aprecia. Stiti vorba „trebuie sa fii cineva ca sa cunosti pe cineva”. Asa se intampla si cu Albastru. Apreciaza calitatea in munca altui Albastru, observa detaliile si isi dau seama cat timp a luat rezolvarea diferitelor proiecte. Cunosc sacrificiile pe care alt Albastru le-a facut pentru ca un proiect sa fie incheiat. Ei apreciaza ceea ce doar putini abia identifica sau recunosc.

Perfectionism

Combinatia Albastru-Albastru face totul „in numele datoriei”. Ei cred ca o munca facuta este o munca facuta bine. Cum raspund alte culori unei combinatii de Albastru? Ii actegorisesc adesea drept perfectionisti si iritanti cand lucreaza impreuna la un proiect. Oricum, Albastru considera grija pentru detaliu a altui Albastru ca fiind invioratoare si apreciaza angajamentul lui ca fiind de calitate. De obicei valorizeaza opinia si expertiza. Combinatia Albastru-Albastru poate fi intalnita distrandu-se prin remodelarea casei sau facand cursuri impreuna. Adora sa invete si sa-si imbunatateasca abilitatile.

Din toate combinatiile de culori
acest amestec este cel mai natural.
Oricum, cand un Albastru cade,
celalalt Albastru se injunghie si el
ca sa poata sangera impreuna.

Comunicare plina de grija

Albastrii inchid televizorul si vorbesc. Adora sa converseze unul cu celalalt, si se racordeaza emotional atunci cand comunica. Albastrii acorda timp pentru a se asculta cu adevarat unul pe celalalt. Au o empatie extraordinara unul pentru celalalt si se arata ingrijorati pentru tragedia celuilalt la fel de mult cum se bucura pentru succes. Sunt sensibili la starile celuilalt si pot vorbi pana dimineata daca este necesar sa inteleaga perspectiva celuilalt.

Pasiune

Albastrii traiesc pentru pasiune. Vor sa *simta* viata mai degraba decat abia sa existe. Albastrii au nevoie sa fie implicati in activitati care conteaza pentru cineva sau ceva. In mod tipic ei considera familia si prietenii ca fiind cei mai importanti. Spre deosebire de altii care se declara familisti si apoi isi traiesc intreaga viata la birou sau cu prietenii, Albastrii isi petrec timpul acolo unde spun ca sunt prioritatile lor.

Obligatia este semnificanta, dar mai putin vitala decat sentimentele pentru Albastrii. Litera legii este mai putin atractiva decat spiritul legii. Combinatia Albastru-Albastru ofera fiecaruia motivul pentru a fi pasionat, le pasa cu adevarat si impartasesc intimitatea. Gasesc un sens personal doar in a fi impreuna. Pasiunea lor poate fi un hobby, familia, cariera, prietenia sau religia. Combinatia Albastru-

Albastru incurajeaza pasiunea intre ei prin nutrirea unei adevarate griji pentru partener de-a lungul intregii vieti.

Obedienta

Albastrii sunt cei mai obedienti dintre personalitati. Relatia Albastru-Albastru nu se lupta asa cum fac multi altii cu sfidarea sau cu nemultumirea fata de autoritate. In general accepta legea si ordinea ca fiind importanta si urmeaza regulile fara mare dificultate. Amandoi au opinii puternice fata de obligatiile morale si-si apreciaza unul altuia convingerile si angajamentele fata de standardele inalte.

Incredere

Albastrii sunt din fire suspiciosi si fara incredere in relatii, dar nu in combinatia Albastru-Albastru. Probabil ca motivul pentru care se incred unul in altul atat de usor nici unul nu da ocazie de suspiciune celuilalt. Isi impartasesc unul altuia sentimentele si-si comunica scopurile, planurile si activitatile zilnice. De aceea, Albastrii se incred unul in celalalt si se simt siguri in relatie.

Depresii

Albastrii nu-si sunt unul altuia de folos atunci cand unul este depresiv sever. Nu au capacitatea sau atitudinea de a cere schimbarea sau de a-l inveseli pe celalalt. Adesea asteapta sa se termine depresia celuilalt, pentru ca este contraproductiva. Odata, un Rosu a spus „Albastrii sunt doar o pierdere de timp”. Se referea la rabdarea cu suferinta de lunga durata a unui Albastru.

Rigiditate pioasa

Albastrii pot fi foarte rigizi. Aceasta ingradeste abilitatea lor de a fi receptivi la alti oameni care vad altfel viata sau se comporta potrivit altor standarde. Albastrii pot ramane atat de departe si de izolati intr-o relatie, incat pot fi toatl absenti chiar cand sunt inconjurati de multi oameni. Aceasta rigiditate limiteaza intinitatea cu ceilalti din afara relatiei Albastru-Albastru.

Intensitate

Albastrii sunt precisi si determinati in viata lor. Abordeaza fiecare aspect al vietii cu atata intensitate, ca adesea acesta se transforma in distres. Simt ata de mult unul pentru celalalt, incat nu-si sunt de mare ajutor in a-si oferi momente de joaca sau relaxare. Niciunul nu se joaca sau se relaxeaza cu usurinta. Frecvent devine necesar sa priveasca in afara relatiei pentru o perspectiva sanatoasa si corecta.

Calitate

Albastrii sunt din fire foarte preocupati de calitate in viata lor. Mentin standarde inalte si asteapta si de la ceilalti acelasi lucru. Relatia Albastru-Albastru are un nivel calitativ pe care celelalte combinatii nu-l inteleg. Albastrii sunt in general dornici sa plateasca pretul integritatii personale. Au legaturi puternice de incredere, sinceritate si intimitate. Isi acorda atentie unul altuia si observa nevoile si grijile celuilalt. Imi amintesc de fiica mea Albastru si de unchiul sau Albastru Bill care au petrecut o zi in Disneyland impreuna. Sarbatoream ziua unchiului Bill si, dupa o zi intreaga de distractie, stateam la o pizza. Din proprie initiativa, fiica mea a facut o felicitare de ziua lui, completata cu abtibilduri cumparate in secret de la Disneyland. Ea a observat ce-i place, iar el a apreciat preocuparea ei. Astfel,

ei au facut un schimb de calitate. Aceasta constientizare, combinata cu integritatea personala, ofera combinatiei Albastru-Albastru posibilitatea de e avea o relatie de calitate.

RELATIA ALBASTRU-ALB

„Persuasiune blanda"

Exista o vorba care spune ca opusele se atrag. Este adevarata pentru cea mai mare parte a relatiilor (ex. Rosu cu Alb si Albastru cu Galben), dar exceptia majora a cestei reguli o constituie relatia Albastru-Alb. Probabil ca motivul pentru aceasta combinatie este sensibilitatea reciproca si compasiunea pe care o impartasesc.
Si Albastru, si Rosu sunt inclinati sa fie preocupati de sentimente, si aceasta nu-i apropie unii de ceilalti. Interesant, experienta mea arata ca femeile Albastru pot deveni plictisite de un sot Alb, in timp ce barbatii Albastru raman apreciativi la adresa sotiilor lor Alb.

Reprosul major al celor Albastru este ca cei Alb sunt lipsiti de initiativa, sunt intepeniti in scheme si nu se angajeaza in nimic. Oamenii Alb reproseaza celor Albastru ca este prea dominator, emotional si neiertator. Albastru apreciaza la Alb natura pacifista, bunatatea, dorinta lor de a asculta, toleranta si rabdarea. Alb apreciaza la Albastru sinceritatea, talentul de conducator, tactul si loialitatea.

Relatia Albastru-Alb este o combinatie intriganta ce-si doreste sa treaca neobservata prin viata. Un Albastru sanatos este, in general, scanteia din aceasta relatie, in timp ce un Alb cu caracter ofera un puternic suport.

Albul poate fi abuziv in relatie,
datorita naturii sale pasiv-agresiva.
Multe sotii de Alb mi-au spus
„As divorta, dar nu am vanatai evidente.
O sa-l ignor pur si simplu si o sa ma plictisesc de moarte".

PRIVIRE DE ANSAMBLU

Personalitatea Albastru	Personalitatea Alb
MOTIVE	
Intimitate	Pace
NEVOI	
Sa fie inteles	Sa fie respectati
Sa fie apreciat	Putere si control pentru sine
Sa fie bun pentru el (moral)	Sa se simta bine cu el
Acceptare din partea celorlalti	Sa fie acceptati de ceilalti
DORINTE	
Securitate	Agitatie in limitele securitatii
Autonomie	Protectie
Sa ii multumeasca pe ceilalti	Sa se multumeasca pe sine si pe ceilalti
Sa ofere securitate (in mod deschis)	Sa-si ascunda nesiguranta
STIL DE COMPORTAMENT	
Complexitate mare	Face (prefera autonomia)

Controleaza
Cere
Foarte manipulator

Stabilitate
Emotional
Irational (expectatii nerealiste)
Prea sensibil (verbal)
Care realizeaza

Intens
Nerabdator
Critic cu sine si cu ceilalti
Se invinuieste pe sine si pe ceilalti
Neiertator si nemultumit
Complexitate mica

Negativist
Asertiv cand este necesar
Se confrunta
Rezolva prin conflict
Are principii
Intimideaza

Puternic verbal si nonverbal
Posesiv
Compliant cu reguli
Are tact
Bine intentionat
Te obliga

Responsabil emotional
Da sfaturi si asteapta complianta
Cauta sfaturi la experti
Minte ca sa nu raneasca
Este drept
Simte multa vina
Ascultator grijuliu
Comunica direct (cu sentiment)
Complex si profund
Iubeste adanc si isi ia angajamente puternice

Face (prefera directivele)
Refuza sa fie controlat
Nu cere
Manipulator subtil

Stabilitate
Logic
Rational
Prea sensibil (nonverbal)
Echilibrat

Relaxat
Rabdator
Tolerant cu ceilalti
Se invinovateste pe sine
Uita dar nu iarta

Carmuitor
Nonasertiv
Doreste pacea
Evita conflictele
Intimidat

Puternic nonverbal
Nonposesiv (decat daca este amenintat)
Compliant cu reguli
Are tact
Bine intentionat
Te obliga

Emotional iresponsabil
Da sfaturi doar cand i se cer
Aceepta sfaturile de bunavoie
Minte pentru a evita conflictele si repercusiunile
Se simte inadaptat
Tine vinovatia in el
Excelent ascultator
Comunica indirect (cu sentiment)
Este usor sa vorbesti cu el
Iubeste usor si isi ia angajamente puternice

RELATIILE INTERPERSONALE ALBASTRU-ALB
(prezentare pe larg)

INTIMITATE versus PACE

In general, Albastru face din intimitate cel mai important aspect al relatiei. Alb plaseaza pacea in fruntea listei lor. Albastru activitatile si oportunitatile care pot fi impartasite. Nu este ceva iesit din comun ca Albastru sa sugereze sa ia cursuri de tenis *impreuna*, sa mearga la plaja *impreuna*, sau sa aiba o conversatie *impreuna*. Alb pare receptiv la dorintele lui Albastru, daca nu pentru altceva, macar pentru a mentine pacea. Alb este la fel de multumit sa-si petreaca timpul singur sau sa

mearga undeva cu altii. Nevoia lor de a fi impreuna cu altii este satisfacuta cu mult inaintea lui Albastru. In general, dorinta lor de a-i multumi pe ceilalti este atat de mare incat vor coopera cu companionii lor Albastru.

Alb este capabil sa asboteze nevoia de intimitate a unui Albastru. O femeie Albastru era furioasa pe sotul sau Alb pentru ca acesta nu avea dorinta de a vorbi prea mult cand se lua o decizie. Disperata, ea a urlat „Ma simt de parca as vorbi cu peretii. De fapt, el nu este destul de puternic pentru a fi considerat perete. Pare mai mult materialul care se afla in pereti!”.

Albastru poate sa necajeasca si sa hartuiasca un Alb pana cand nu mai e nici un pic de pace. Un barbat Alb care, adora excursiile la pescuit, a obosit intr-un tarziu sa-si tot auda sotia Albastru comentand despre partida anuala de pescuit pe care o facea cu baietii. „Nu pot sa inteleg cum de ea nu realizeaza ca, dupa ce termina de urlat, voi face exact asa cum am planuit sa fac de la inceput. Daca ar inceta pur si simplu sa iroseasca timpul incercand sa-mi amane planurile am fi amandoi mai fericiti.”

Ceea ce face ca o relatie Albastru-Alb sa reziste este dorinta lui Albastru de a accepta stilul pacifist al lui Alb si dorinta lui Alb sa impartaseasca intimitatea cu Albastru.

A FI BUN PENTRU SINE (MORAL) versus A SE SIMTI BINE CU SINE

Si Albastru si Alb au nevoie sa se simta bine in interior, dar din motive diferite. Albastru este condus de constiita morala, in timp ce Alb este mai preocupat sa evite distresul. Albastru ia in considerare un lucru numai daca este implicat un principiu. Alb este mai inclinat sa ignore o problema, privitoare la un principiu, daca simt ca poate rezulta disconfort sau distres. Adesea Albastru condamna lipsa de implicare si angajament moral al companionului sau Alb. Alb are tendinta de a condamna predica persistenta si ordinele morale ale lui Albastru.

SECURITATE versus AGITATIE IN LIMITELE SECURITATII

„Tot ce vreau este un cont solid de un milion de dolari in banca si apoivoi aveam mai mult curaj sa risc o alta relatie cu o femeie”, spunea un pacient Albastru. El reprezinta nevoia puternica de securitate a lui Albastru, indiferent ca este financiara, emotionala sau fizica. Alb sunt de asemenea inclinati sa caute securitatea, dar sunt mai preocupati de agitatie decat Albastru. Alb este adesea foarte tacut atunci cand e vorba de nevoia lor de agitatie si cauta oportunitati pentru o agitatie in siguranta. Albastru este in general mai fericit in siguranta oferita de un mediu familiar, cum ar fi mediul de acasa sau al prietenilor.

AUTONOMIE versus PROTECTIE

„Spun oare Albii ceva fara sa fie intrebati?”, se mira un tata Albastru. „Nu-mi vine sa cred cat de superficiala poate fi comunicarea noastra uneori. Trebuie efectiv sa pun toate intrebarile posibile ca sa primesc un raspuns. As aprecia fericit un pic de cooperare, o impartasire a responsabilitatii pentru directia in care evolueaza relatia noastra.”

Albii sunt din fire cei care urmeaza pe altcineva. Merg in directia stabilita in majoritatea conversatiilor, situatiilor si deciziilor. Ei plutesc prin viata.

In general, Alb accepta sa fie directionat si protejat de altii. Grija lor este *cum* sunt directionati si protejati. Opun o rezistenta puternica la ordine si control agresiv, ostil. Urasc stilul de directionare mai mult decat directia in sine.

Pe de alta parte, Albastru accepta sa fie directionat fara obligatii sau alte asteptari corespunzatoare din partea presiunii sociale, dar prefera autonomia. Albastru nu este din fire un jucator de echipa. Nu se obisnuiesc cu altii asa cum o fac Albii.vor sa conduca pe oricine (inclusiv pe

companionii lor Albi), ceea ce creeaza probleme in sfera conducerii pentru combinatiile de personalitate. Albastru este mai degraba devotat in a face treaba ca lumea, in timp ce Alb este mai preocupat sa faca treaba pur si simplu. Desi nici unul nu vrea sa conduca, Albastru sfarseste prin a o face in majoritatea relatiilor Albastru-Alb.

SA-SI ARATE INSECURITATEA versus SA-SI ARATE INSECURITATEA (in mod deschis)

Unul dintre motivele pentru care legaturile acestei combinatii sunt atat de puternice este tocmai vulnerabilitatea pe care amandoi o aduc in relatie. Toata viata isi impartasesc informatii si sentimente, care promoveaza deschiderea si increderea pe care putine alte combinatii le inteleg. O femeie si un barbat erau atat de deschisi unul fata de celalalt incat au sfarsit prin a se indragosti pentru ca nici unul dintre ei nu atinsese un asa nivel de deschidere in fata altor persoane. In ciuda faptului ca amandoi incercase sa se intalneasca si cu alte persoane, niciodata acest nivel de intelegere nu fusese atins. In cele din urma s-au casatorit, iar baza relatiei lor a fost comunicarea deschisa si increderea.

Nota: Un Alb nesanatos poate fi vulnerabil, dar ei nu verbalizeaza aceasta. Aceasta este o dilema frustranta pentru un companion Albastru, care asteapta ca sentimentele sa fie impartasite verbal.

COMPLEXITATE MARE versus COMPLEXITATE SCAZUTA

In mod normal, Albastru este perceput ca fiind greu de inteles. De fapt, amandoi au nevoi clare. Albastru are nevoie sa fie inteles si apreciat, Alb trebuie sa simta ca el se controleaza pe sine si sa fie respectat. Alb opereaza pe o baza de puteredar cauta pacea, acceptand relatia. Albastru opereaza pe o baza de intimitate, dar cauta control si intelegere. Relatia dintre Albastru si Alb da validitate vorbelor „Apele linistite sunt adanci".

CARE FACE (dar prefera autonomia) versus CARE FACE (dar prefera directionarea)

Alb de obicei isi face treaba. Nu sunt prea preocupati de termene sau exactitate in munca lor. Fac treaba de calitate si se preocupa mai mult de indeplinirea conditiilor contractuale. Sunt muncitori seriosi, care pot sa-si faca ei treaba sau pot delega pe altii s-o faca, fara probleme. Pot fi lenesi/sau prea muncitori cand acepta prea multe odata, sau pot fi total lipsiti de entuziasm cand au de-a face cu supervizori rigizi sau sarcini care nu le plac.

Albastru prefera sa faca el insusi treaba, decat sa delege pe altcineva. Adora sa aiba slujbe care sa le puna in valoare abilitatile. De fapt, pot fi artizani ai societatii si vor fi fericiti sa creeze si sa implementeze totl asa cum vad ei lucrurile. Sunt mai inclinati sa se increada in ei, in timp ce Albii sunt mai buni la delegarea responsabilitatii celorlalti.

CONTROL (jocul de putere) versus NU CAUTA NICI SA CONTROLEZE, NICI SA FIE CONTROLAT

Albastru vrea sa stie absolut tot ce intervine in viata companionului sau. Angajatii Albastru tind sa fie suspiciosi si sa-si bage nasul in treburile tuturor. Parintii Albastru sunt curiosi despre toate aspectele vietii copiilor lor. Un tanar Alb, in ultimul an de liceu, i-a telefonat mamei sale doar pentru a o intreba ce ar trebui sa foloseasca pentru a spala podeaua la servici. Priviti cum mama Albastru a extins o simpla intrebare la un discurs in care s-a implicat:

Tanarul: Mama, ce solutie folosim acasa pentru a spala podeaua?
Mama : Speli podeaua?

Tanarul: Da, mama, acum trebuie sa plec, dar vroiam sa stiu numele celei mai bune solutii.
Mama : Te ajuta cineva sa speli podeaua?
Tanarul: Nu, Carl spala rafturile de mancare.
Mama : Cine e Carl? Nu te-am auzit niciodata vorbind de el.
Tanarul: Mama, spune-mi doar ce solutie folosim acasa!
Mama : Nu trebuie sa te superi. Ma intrebam doar ce mai faci
Tanarul: Sunt bine, mama. Acum poti sa-mi zici numele solutiei, ca sa pot sa spal podeaua si sa vin acasa?

In functie de varsta si de relatie, Albastru tinde sa incerce sa controleze un Alb. Unul din exemplele mele favorite vine sub forma unui bilet lasat de o fata de 13 ani, Albastru, mamei sale de 42 ani, Alb, chiar cand pleca cu tatal sau intr-o vacanta in Europa:

Mama, buna! Ne vedem in 10 iulie. Te iubesc. Aici e o lista cu ceea ce *as dori* ca tu sau Randy sa faceti:

1. Du-l pe Rover (cainele) la plimbare cel putin o data pe zi.
2. Hraneste-o noaptea.
3. Hraneste pestii de cateva ori pe saptamana.
4. Te rog sa tunzi copacii din fata si din curtea interioara.

Multumesc. Te rog, fa aceste lucruri pentru mine. Mai aler primele doua, pentru ca va innebuni curtea daca nu o faci. Multumesc din nou. Aceasta ma va face foarte fericita. Pa. Te iubesc.
Cu dragoste, Michelle.

P.S. Oh, mama, te rog sa nu stergi holul de praf. (glumeam!)
P.P.S. O sa-ti scriu, nu te teme.

(Personal, nu cred ca mama avea vreun motiv sa fie ingrijorata. Aceasta pustoaica de 13 ani se ingrijora destul pentr amandoua!)

Alt exemplu edificator al controlului este cazul unui dentist Alb care a venit acasa dupa o zi lunga la servici. A fost rasplatit cu un sarut cald de la sotia sa Albastru (designer de interior) care tocmai vorbise la telefon si promisese ca sotul ei va suna indata ce va veni.

Initial, el a raspuns „Multumesc, o sa sun intr-o jumatate de ora." „O jumatate de ora!", a eclamat ea, „I-am promis ca vei suna imediat ce vei sosi!".
L-a mai „bazait" de trei ori in timp ce acesta incerca sa citeasca ceva dintr-un ziar. In final, ea l-a amenintat „Bill, ori suni imediat, ori sun eu si-i explic cum de noi nu putem sa ne pastram prieteniile." In tacere, el a ridicat telefonul si i l-a intins, fapt care a infuriat-o si mai rau. A sunat si a zis: „Louise, imi pare tare rau, dar ar trebui sa stii ca eu i-am zis lui Bill sa te sune si el a zis ca te va suna cand se va simti in stare". Ceea ce el a si facut. O jumatate de ora mai tarziu.

Ambele personalitati vor sa controleze, dar Albastru vrea sa-i controleze pe cei din jur, in timp ce Alb vrea sa se controleze pe sine.

EMOTIONAL versus EMOTIONAL SI LOGIC

Aceasta este o diferenta esentiala intre Albastru si Alb. Albastru se bazeaza pe o interactiune emotionala. Se concentreaza pe sentimente (rationale *si* irationale). Alb se simte bine in ambele situatii: interactioneaza si emotional, si logic si se concentreaza pe motivatii logice.

Un cuplu (sotie Alb, sot Albastru) au divortat recent si ea a remarcat: „Probabil ca as fi putut invata sa-l iubesc din nou, dar nu pot tolera comportamentul lui excesiv emotional. La el totul este emotional. Am crezut toata viata ca eu am o problema, pana cand am cunoscut multi oameni care nu vor sa foloseasca oricand sentimentele. In prezent sunt fericita sa stiu ca sunt tot atat de normala ca si el. Caut o personalitate Rosu pentru urmatoarea mea relatie. Stiu cat de dificil poate fi, dar macar

putem trece de la un lucru la altul fara a-mi reprosa continuu fiecare lucru rau pe care l-am facut in ultimii 20 de ani!”

IRATIONAL versus IRATIONAL
(cu expectatii nerealiste) (timid si fricos)

Albastru ar vrea ca toata lumea sa-i citeasca gandurile. Asteapta ca toata lumea sa stie pur si simplu ceea ce simt. Adesea spun „ Chiar daca ti-as spune, tot nu ti-ar pasa”. Din nefericire, aceasta gandire irationala creeaza durere in relatie, pentru toti cei implicati. In mod firesc, Alb simte vinovatie cand este incapabil sa descifreze ce semne nonverbale da Albastru pentru a sti ce intrebari sa-i adreseze.

Albastru fantazeaza despre cum ar trebui sa stea lucrurile si apoi asteapta ca ceilalti sa-i impartaseasca punctul de vedere. Alb se apropie de aceasta fantasma in acelasi fel, dar in directia agitatii si puterii mai degraba decat in directia intimitatii relatiei. Albastru chiar nu intelege cum a urma o relatie poate fi ceva asa interesant sau important. Un barbat Alb spunea: „ea se asteapta de la mine sa-i citesc gandurile pentru ca-si petrece fiecare minut citindu-le pe ale mele. Se misca in varful degetelor prin casa in ffiecare dimineata cand se pregateste de munca pentru ca ea stie ca ea ar aprecia linistea. Cui ii pasa? Mie in nici un caz! Sunt aproape surd si niciodata nu mi-a pasat cat zgomot face in dormitor cand se pregateste de plecare.”

Alb se poarta irational cand nu-i este frica. Adesea ei au idei irationale despre ceilalti si despre ce s-ar intampla *cu siguranta* daca ei se confrunta cu cineva sau daca iau o decizie prosta. Unii Albi devin aproape paralizati sau incapabili sa-si asume orice risc pentru ca au impresia ca, intr-un fel, cumva, ei *stiu* ce o sa se intample. Un Alb sanatos va recunoaste ca au irosit multi ani in singuratate pentru ca au proiectat probleme care nu aveau o baza rationala. Unele mame Alb sunt speriate ca-si abuzeaza copiii cand nu sunt nici un fel de semne pentru aceasta. Barbatii Alb de multe ori refuza sa aiba intalniri pentru ca femeile ii vor respinge, desi n-au fost respinsi niciodata. In relatia Albastru-Alb trebuie sa se incerce sa nu se incurajeze gandurile irationale ale celuilalt.

REALIZARE versus ECHILIBRARE

Albastru este mai inclinat sa traga de el in viata pentru a-si creste productivitatea, in timp ce Alb incearca sa echilibreze balanta vietii lor cu munca si cu joaca. Un cuplu (sotie Albastru, sot Alb) a gasit o solutie nemaipomenita: el naviga cu prietenii pe mare mai multe weekend-uri, in timp ce a corecta lucrari, facea planuri de lectii si creea modalitati de crestere a nivelului clasei pentru grupa sa de gradinita. Ii placea sa fie bine pregatita cand se ducea la gradinita, iar el adora sa mearga cu prietenii pe mare.

Albastru este mult mai hotarat sa aloce cat timp si efort este necesar pentru a fi cel mai bun. Alb este mai preocupat sa se bucure de intreaga viata, care include un echilibru intre prieteni, familie, sine si munca. Este gata sa sacrifice perfectiunea pentru a le avea pe toate. Oricum, sunt vulnerabili la a face placerile altora. cateodata, il vei gasi pe Alb muncind peste program pentru a-si satisface seful, in timp ce este acuzat de sotie ca nu se ocupa de treburile casei (copii, curte sau alte responsabilitati ce tin de casa). Apoi va incerca sa-si multumeasca sotia, doar pentru a sta mai mult dupa aceea sa recupereze ce nu a facut la servici, pentru a-si multumi seful. Sunt recunoscuti pentru frustrarea pe care o simt in incercarea de a echilibra toate componentele vietii lor si pentru neputinta de a-i satisface pe toti, inclusiv pe el.

Albastru pare mai multimit cu directia lor de realizare. Valorizeaza alegerea lor de a se implica suficient incat sa ignore influentele din afara prioritatilor lor. O femeie Albastru s-a intors dintr-un camping de relaxare si s-a plans de cat de plictisita a putut fi. „Nu era absolut nimic de facut. In primele 2 zile mi-am terminat cele 5 carti si m-am uitat frustrata in gol celelalte 5 zile. Dar

sotul meu (Alb) si fiica noastra s-au distrat la nebunie facandu-si noi prieteni si catarandu-se pe munte." Nu a sugerat nici o data, si nici nu a parut sa-si dea seama ca prioritatile sale se limitau cumva la aspiratia spre realizare. Pur si simplu simtea ca mediul inconjurator nu era stimulativ pentru ea.

INTENS versus RELAXAT

„Stiu ca nu este drept, dar pur si simplu nu pot da ochii cu copiii mei decat dupa ce terminam de mancat si spal vasele. Sotul meu (Alb) ma salveaza culcand copiii intotdeauna. La citeste o poveste si spune rugaciunile cu ei, iar eu stau in camera mea si-i aud cum il intreaba de ce mama nu vrea si ea sa le citeasca o poveste. Chestia asta ma omoara, dar nu pot sa ma duc la ei nici macar un minut." Cam asa sunt plangerile in care sunt implicati parinti Albastru.

Alb pare sa se descurce cu situatiile vietii fara a-si pierde perspectiva. Multe din succesele lor vin din abilitatea de a se controla la fel de bine logic si emotional. Sunt de asemenea mai putin implicati si mai putin intensi decat companionii lor Albastru. Albastru apreciaza un Alb care se implica si cu care imparte povara. Cand Alb ia o pozitie mai asertiva, Albastru incearca sa-l calmeze.

NERABDATOR versus RABDATOR

Oare perfectionismul ii indeamna pe Albastru sa fie asa de nerabdatori? Este aceasta dominanta lor in personalitate? Albastru are tendinta de a juca rolul de rabdator in relatia Rosu-Albastru. Oricum, in relatia Albastru-Alb el este cel nerabdator dintre cei doi. Este gata sa-si asume rolul de lider si fac lucrurile sa se intample.
Alb este din fire cel mai rabdator din toate personalitatile. „Ce mai conteaza cateva minute in plus?" spune el. Albastru este de obicei prompt si asteapta ca si ceilalti sa fie la fel. Alb nu da functiei de tata puterea pe care o da Albastru. Nu sunt atat de preocupati de punctualitate. Alb este rareori iritat sau stresat de familie, colegi sau prieteni daca acestia intarzie. Nu vad ce rost are sa te agiti pentru ceva care oricum s-a petrecut si nu-l poti schimba.

CRITIC CU SINE SI CEILALTI versus TOLERANT CU CEILALTI

Doi prieteni erau in vacanta in Mexic cand fata (Alb) a observat ca i s-a furat potmoneul in autobuz. „Am simtit ca ceva misuna pe langa mine, dar nici prin cap nu mi-a trecut ca cineva m-ar fura", comenta ea, dupa ce si-a dat seama ca banii si actele ii fusesera furate. „Banii se pot inlocui si sunt sigura ca si actele vor aparea. In fond ce ar putea sa faca cinva cu ele? Hai sa trecem pe la Ambasada Americana si sa explicam autoritatilor situatia. Totul o sa fie in ordine." Prietenul ei (Albastru) si-a amintit ca s-a uitat la ea total consternat. „Vickie, tocmai ne-am pierdut toti banii si pasapoartele. Suntem intr-o tara in care sportul national *nu* este baseball si unde nu se vorbeste engleza. Nu avem mijloc de transport si habar n-avem unde este amplasata Ambasada Americana. Si tu imi spui ca totul o sa fie bine? Spune-mi, draga mea, au mai luat ceva in afara de banii si actele noastre, adica mintea ta, de exemplu?" Cu tot criticismul, au gasit ambasada, unde au primit ajutor, si apoi si-au petrecut o vacanta de vis. Baiatul a ramas oricum suspicios pe toti mexicanii pana la sfarsitul vacantei, in timp ce fata ii invita la cina si ii ruga sa le vorbeasca despre cultura si obiceiurile lor.

Parintii Albastru tind sa condamne singurul 8 din carnetul de elev al copilului, in timp ce parintii Alb il lauda ca a trecut clasa. Angajatii Albastru adesea observa ca sefii nu-i apreciaza, in timp ce angatatii Alb spun ca sefii au dreptul la ore prelungite de masa pentru ca sunt sefi. In general, Alb tolereaza ceea ce Albastru critica.

NEIERTATOR SI PLIN DE RESENTIMENTE versus IARTA, DAR NU UITA

Pentru Albastru, a se enerva nu e niciodata indeajuns. Asteapta sa o plateasca. Tin in ei supararea atat timp cat considera ca trebuie pedepsita cealalta persoana. O sotie Albastru de 65 de ani

a venit la mine sa-mi spuna ca vrea sa divorteze pentru ca sotul sau Alb este „crud si neatent cu ea”.

A spus ca el a uitat de aniversarea de 16 ani a fiicei lor si de terminarea liceului. El, bineinteles, nu-si aducea aminte nici de una, nici de alta. Ca o ironie, fiica lor il percepea ca mai iubitor si mai suportiv decat pe mama ei, si nu avea absolut nici un resentiment fata de tata. Mama Albastru isi facuse viata mizerabila pentru un lucru pe care partile implicate il uitasera de mult!

Alb este inclinat sa ierte, dar numai dupa ce se razbuna. Datorita faptului ca au tendinta sa taca, razbunarea este lenta si poate dura ani de zile. O tanara inotatoare Alb fusese jignita de antrenoarea sa Rosu in fata altor fete. Nu i-a spus nimic antrenoarei, pur si simplu a ascultat-o. In ultimul concurs, scorul era strans. Ea putea face ca echpa sa piarda sau sa castige. A inotat pana aproape de sfarsitul cursei, dupa care s-a oprit si a lasat pe altcineva sa castige intrecerea. Antrenoarea era livida. Fata se uita la antrenoare cu un zambet multumit care parca spunea „Ti-am facut-o!” Dupa aceea, a continuat sa concureze pentru echipa. Nu a mai tinut supararea, raul fusese indreptat, asa ca puteau cu totii uita incidentul. Relatia Albastru-Alb este recunoscuta pentru ca tine supararea mai mult decat este normal. Sunt insa cei mai iubitori si mai draguti odata ce scuzele (de preferinta facute in genunchi!) au fost acceptate.

GESTIONEAZA CONFLICTELE PE BAZA PRINCIPIILOR versus EVITA CONFLICTELE

De vreme ce este adevarat ca Albastru isi asuma rolul de conducator in relatia Albastru-Alb, ei nu prea au conflicte. Albastru este gardianul moral al societatii si se va ridica impotriva tuturor nedreptatilor care vor aparea. De obicei sunt oameni cu principii inalte si nu tolereaza purtari necuviincioase. Vor spune ceea ce gandesc si vor infrunta pe oricine cand situatia va cere cinste si adevar. Actioneaza ca si tigrii incoltiti lovind irational in oricine cred ei ca se poarta injust. Cu alte cuvinte, cand un Albastru considera comportamentul cuiva ca fiind inacceptabil, va avea loc o confruntare verbala.

Alb este mai putin inclinat sa creeze o scena si tin problema pentru ei. Odata, o mama Alb a observat ca fiica sa era abuzata verbal de un om in varsta. La timpul respectiv nu a parut sa dea importanta incidentului, dar s-a strambat cand batranul s-a intors cu spatele. De asemenea, a relatat incidentul altor persoane doua saptamani mai tarziu. Oricum, ea a evitat conflictul verbal, spre nemultumirea sa. Alb fac tuturor un deserviciu prin faptul ca nu vor sa raspunda provocarilor.

Pentru a evita un conflict, Alb este renumit pentru vorba „Nu-mi pasa”. O femeie Albastru spunea despre sotul sau „sunt atat de satula de „nu-mi pasa” al lui, incat ma scoate din minti de cate ori il aud. Lui chiar nu-i pasa daca intrebarea priveste un film, iesitul la un restaurant sau daca sa avem mai multi copii. El spune doar „orice vrei tu este foarte bine pentru mine””.

Intr-o zi, era atat de frustrata de raspunsurile lui, incat l-a intrebat daca nu vrea sa cheltuiasca tot ce au strans ca sa pleca intr-o excursie in Europa. Cum se astepta, el, care nu asculta decat cu jumatate de ureche, i-a raspuns ca nu-i pasa. Drept pentru care ea a cumparat bilete a doua zi. Au plecat in Europa, dar acum el pare mai atent la ce-i spune si isi exprima opiniile, ca o consecinta a conflictului care se creasе.

COMPLIANT....PLIN DE TACT.....CU O BUNA PURTARE....CARE TE OBLIGA

Albastru si Alb au amandoi aceste caracteristici. Ei valorizeaza si apreciaza fiecare dorinta celuilalt de a trata intr-o maniera corecta si cu mici politeturi pe oricine, chestii pe care Rosu sau Galben se chinuiesc foarte mult sa le faca. Aceste calitati ajuta la cimentarea unei relatii calde si sincere intre Albastru si Alb.

DA SFATURI SI ASTEAPTA COMPLIANTA versus DA SFATURI DOAR CAND E INTREBAT

Albastru are o tendinta mai puternica de a face reguli disciplinare decat Alb. Albastru simte ca are foarte multe de oferit si incearca sa le dea celorlalti. Cand dau sfaturi, se asteapta ca ceilalti sa le urmeze.

Alb este mai inclinat sa permita celorlalti sa-si stabileasca limitele proprii. Ei nu vor urma sfaturile decat daca sunt asigurati ca au o buna aplicabilitate. Nu dau sugestii fara ca acestea sa le fie cerute. Se pot gandi la o solutie, dar nu vor spune nimic pana cand nu vor fi intrebati clar.

SIMTE MULTA VINA

Alt lucru pe care Albastru si Alb il au in comun este vina. Amandoi se simt rau daca vad pe cineva ca sufera, dar privesc problema din punctul de vedere al motivului care a provocat durerea. Amandoi se blameaza pe ei pentru un comportament inadecvat si regreta mult timp. Amandoi pot deveni inghetati in propria lor vina daca aceasta are un motiv serios. Am lucrat cu un cuplu Albastru-Alb care erau separati de mult timp, dar incapabili sa semneze actele de divort pentru ca amandoi se simteau vinovati de destramarea mariajului. Nici unul nu putea sa semneze pentru ca se simteau obligati din cauza copiilor. De asemenea, nici unul nu mai avea o relatie pentru ca nu puteau trece peste cicatricile trecutului.

ASCULTATOR GRIJULIU versus EXCELENT ASCULTATOR

Cred ca diferenta majora intre abilitatile de ascultator ale acestor doua culori este atasamentul emotional in conversatie. Amandurora le pasa de oameni, dar Alb este capabil sa auda problebele obiectiv, pe cand Albastru este „tarat” instinctiv spre individ. Amandoi sunt capabili sa dea toata atentia unei discutii si sa raspunda cu o preocupare sincera pentru individ si pentru continut.

COMPLEX SI ADANC CAND IMPARTASESTE SENTIMENTELE versus USOR DE VORBIT CU EL; GREU DE OBTINUT REACTII AFECTIVE DE LA EL

Emotiile unui Albastru merg foarte adanc. Sunt sinceri cand impartasesc sentimente cu ceilalti. Adesea se simt insultati cand ceilalti nu inteleg pe deplin complexitatea si ingrijorarea lor. Se simt frustrati cand nu au timp sa termine o conversatie. Sunt de asemenea preocupati de continutul emotional al dialogului.

Cu Alb este foarte usor sa vorbesti. Nativ, ei nu-si arata prea mult emotiile. Prefera sa taca si sa-i asculte pe ceilalti. Nu se deschide usor, ci doar daca el crede ca celalalt merita cu adevarat. Nu se decurca deloc cu respingerea, asa ca se simte mai confortabil tinand in el sentimentele. Majoritatea prefera sa vorbeasca cu un Alb, pentru ca acesta mai degraba asculta decat sa vorbeasca. Albastru si Alb sunt recunoscuti pentru sensibilitatea pe care o au fata de ceilalti si apreciaza caldura data de aceasta combinatie de culori relatiilor pe care le stabilesc.

IUBESTE ADANC SI ISI IA ANGAJAMENTE PUTERNICE versus IUBESTE USOR SI SE ANGAJEAZA PUTERNIC

Si Albastru si Alb sunt capabili sa-si ia angajamente puternice unul fata de celalalt. Valorizeaza securitatea si cred ca angajarea intr-o relatie este cel mai natural mod de a te bucura de viata. Adesea sunt traumatizati atunci cand relatia dintre ei se rupe, si, in functie de cine a provocat ruptura, nu se recupereaza usor.

Albastru este inclinat sa simt un angajament puternic emotional pentru oameni, in timp ce Alb gaseste ca este mai simplu sa-i accepte si sa-i iubeasca pe cei pe care-i intalnesc. De vreme ce pot aparea cicatrici pe parcursul relatiei, Albastru tinde sa pastreze o loialitate puternica celor cativa fata de care s-a daruit. Nu se intampla usor la un Albastru, dar odata ce a oferit acest premiu, de obicei dureaza o viata intreaga.

Alb ii tolereaza si accepta pe ceilalti. Se angajeaza pe tacute in relatie. Se simt cel mai bine in compania unui Albastru bland si bun.
Relatia Albastru-Alb este in general caracterizata de sinceritate, stabilitate si persuasiune tacuta. Ambele culori tind sa se accepte una pe cealalta si in acelati timp accepta schimbari pozitive in relatia lor. Spre deosebire de alte combinatii, aceasta combinatie tinde sa aiba o comunicare blanda, fara furtuni. Reprezinta cea mai buna complementaritate , impartasind aceleasi valori. Sunt de asemenea norocosi sa fie destule diferente intre ei, astfel incat relatia lor sa fie multumitoare si fericita.

CELE MAI MULTE SIMILARITATI COMPLEMENTARE

Albastru are nevoie de la Alb:	Alb are nevoie de la Albastru:
Sa le arate ce e bun in altii	Sa-i motiveze
Sa-i invete sa se relaxeze	Sa fie buni cu ei
Sa-i asculte	Sa-i ajute sa nu se simta vinovati
Sa-i respecte	Sa-i invete sa fie creativi
Sa-i aprecieze	Sa-i incurajeze si sa creada in ei
Sa-i calmeze	Sa-i directioneze
Sa le minimalizeze defectele	Sa le construiasca increderea in ei
Sa-si asume anumite sarcini	Sa-i ingrijeasca
Sa fie agreabili	Sa initieze activitati
Sa raspunda emotional	Sa-i accepte asa cum sunt

CONFLICTE POTENTIALE ALE SIMILARITATILOR COMPLEMENTARE

Albastru:	Alb:
Cauta intimitatea	Are dificutati in a-si exprima sentimentele
Se angajeaza	Nu se angajeaza
Judeca	Tolerant
Perfectionist	Coplesit
Da directii	Lenes
Pasionat	Se indoieste
Constiincios la detalii	Neatent
Pretinde comunicare orala	Confortabil cu comunicarea nonverbala
Neiertator	Neiertator
Irational cand e furios	Necomunicativ cand este furios

Combinatia Albastru-Galben permite
cea mai intima combinatie
dintre combinatiile de culori diferite.

RELATIILE ALBASTRU-GALBEN

„Mana in manusa"

Relatia Albastru-Galben este relatia cu combinatia de intimitate cea mai puternica. Ei reprezinta intregul spectru de emotii, si impreuna pot fi o sinergie exploziva. Combinatia Albastru-Galben sunt in principal preocupati de caliatatea relatiei lor (legatura umana originala). Albastru este

reprezentat de adancime, sinceritate si compasiune a intimitatii, in timp ce Galben arata partea de caldura, aventura si optimism a relatiei.

Albastru si Galben se valorizeaza reciproc, dar adesea intampina dificultati in a accepta vastitatea diferentelor de perceptie asupra vietii.de exemplu, Albastru considera ca joaca poate sa vina dupa ce munca este bine facuta. Galben considera ca munca este necesara, dar joaca este mai importanta, asa ca ii da prioritate.

Albastru este foarte serios, iar Galben este mai degraba „zburator”. Albastru prefera stabilitatea, Galben cauta schimbarea. Inca o data, zicala cu „Opusele se atrag” pare sa functioneze. Sunt la fel de opusi ca si combinatia Rosu-Alb, si totusi sunt puternic atrasi unul de celalalt. Probabil ca fiecare suplineste nevoile celuilalt. Poate ca diferentele dintre ei le permit sa aprecieze punctele tari ale celorlalti. In functie de motive, Albastru si Galben adesea se cauta si se distreaza impreuna. Este o legatura puternica a inimilor.

PRIVIRE DE ANSAMBLU

Personalitatea Albastru	Personalitatea Galben

MOTIV

Intimitate	Distractie

Personalitatea Albastru	Personalitatea Galben

NEVOI

Sa fie apreciat	Legaturi superficiale
Sa fie inteles	Sa fie laudat
Sa fie bun pentru el (moral)	Sa arate bine in ochii celorlalti (social)
Acceptare	Aprobare

DORINTE

Securitate	Aventura jucausa
Autonomie	Libertate
Sa-i multumeasca pe altii	Sa-i multumeasca pe altii/sine
Sa-si arate insecuritatea (in mod deschis)	Sa-si ascunda insecuritatea (liber)

STIL DE COMPORTAMENT

Complexitate inalta	Sincer
Adancime emotionala	Slab conturat
Serios, isi urmareste scopurile	Stabilitate
Perfectionism puternic	
Control inalt	Suspicios
	Constiincios
Responsabil	Emotional
Atent la detalii	Cinic

Prea sensibil

Care face
Creativ
Intens
Nerabdator
Manipulator

Care cere
Comunica direct (cu sentiment)
Neiertator cu sine
Infrunta conflictele (bazat pe principii)
Puternic nonverbal
Complexitate joasa
Emotional, dar superficial
Jucaus si usuratic
Productivitate redusa
Refuza sa fie controlat

Iresponsabil
Ce delaiu?

Personalitatea Albastru

Superficial
Bine conturat
Schimbare

Increzator/naiv
„zburator”
emotional
inocent/naiv
insensibil

deleaga/performer
inovator
fara griji
bun din fire
cauta iesiri

nesuferit
comunica direct (cu fapte si sentimente)
se iarta pe sine imediat
evita confruntarile
puternic verbal

Personalitatea Galbena

Posesiv
Plin de tact
Are grija cum se comporta
Da sfaturi si asteapta complianta
Cauta sfaturi la oamenii care stiu

Se tine deoparte
Critic cu sine si cu ceilalti
Riguros cu sine
Se simte vinovat
Se invinovateste pe sine

Negativist
Dezordonat emotional
Ascultator plin de grija

Complex si adanc cand impartaseste sentimente

Da, dar te agata
Iubeste profund si isi ia angajamente puternice
Minte ca sa nu raneasca si atunci cand este jenat

Nonposesiv
Fara tact (foloseste umorul)
Rebel
Da sfaturi, dar nu-l intereseaza complianta
Accepta sfaturi de la altii

Invita
Se accepta pe sine si pe ceilalti
Nepretentios
Rareori da vina sau accepta invinuirea
Da vina pe altii

Pozitiv
Simplu
Slab ascultator
Imparte cu usurinta sentimentele

Da fara sa astepte
Iubeste usor, dar nu se angajeaza
Minte ca sa-si salveze pielea

RELATIA INTERPERSONALA ALBASTRU-GALBEN
(prezentare in amanunt)

INTIMITATE versus DISTRACTIE

Galben ii lumineaza viata lui Albastru, iar Albastru ii imbogateste viata lui Galben. Fac o echipa plina de pasiune. Indiferent ca sunt parinte-copil, prieten-prieten, sot-sotie sau angajat-angajator, de obicei aceasta combinatie are parte de legaturi pozitive de creativitate jucausa si grija plina de angajament.

Albastru este motivat de intimitate, Galben de distractie, dar are nevoie de intimitate. Galben este mai inclinat sa caute intimitatea decat este Albastru tentat sa urmareasca distractia. Tipic, Albastru valorizeaza foarte putin distractia, preferand sa se concentreze pe aspectele serioase ale vietii.

Nici o alta culoare de personalitate nu cauta distractia asa cum o face Galben. Adesea acesta traieste pentru a se distra. Cand Galben devine stresat acasa sau la serviciu, hobby-urile sau vacantele scurte ii incarca bateriile imediat. Intotdeauna sa recompensezi cainele bun cu o mangaiere si un Galben dedicat cu o vacanta. Galben nu va intelege niciodata cum cineva se dedica oricarei altei activitati in afara jocului. Sunt in egala masura derutati si de oamenii care nu stiu sa se relaxeze in vacanta. Albastru trebuie sa aiba un motiv pentru a se relaxa si juca, in timp ce, pentru Galben, relaxarea si jocul sunt un motiv in sine.

Albastru se angajeaza mai ales in activitati care pot imbunatati relatia Albastru-Galben. Vor lua lectii de inot daca partenerul lor Galben iubeste inotul. Acorda prioritate in a fi impreuna in activitati si programeaza activitatile in directia imbunatatirii intimitatii relatiei. Parintii Albastru, in mod normal, firesc, isi asteapta copiii de la scoala, sport sau alte activitati, fara sa tina cont de inconveniente. Profesorul Albastru adesea empatizeaza cu un elev care se lupta cu sarcinile. Sotii Albastru planifica facerile sau obligatiile comunitare in preajma zilelor de nastere sau a altor evenimente speciale astfel incat sa impartaseasca cu toti membrii familiei celebrarile memorabile.

Albastru se simte implinit si fericit cand se angajeaza intr-o relatie intima, in ciuda numeroaselor expectatii sau dificultati.

Galben opereaza la un nivel superficial in cea mai mare parte a timpului. Este capabil de sentimente adanci, dar prefera o conexiune emotionala limitata la ceea ce are de facut zilnic. Adesea Galben este acuzat de Albastru ca este nepasator pentru ca da impresia de superficialitate. La fel de frustranta pentru Albastru este perceptia lui Galben ca Albastru este dominator. Galben remarca adesea ca pretul platit pentru iubirea unui Albastru este prea mare uneori. Cand cei doi gasesc un nivel emotional reciproc satisfacator, nici o alta combinatie de culori nu se poate masura cu a lor. Sunt distractivi, sinceri, simpli, fara pretentii, deschisi si vibranti in relatia lor.

Combinatia Albastru-Galben
Este preocupata in primul rand
De calitatea relatiei lor
(legatura umana veritabila).

A FI APRECIAT versus A FI LAUDAT

Cand un Galben vrea sa invete cum sa se descurce cu un Albastru, este foarte simplu. Primul lucru pe care trebuie sa-l faca dimineata cand se scoala este sa-i spuna lui Albastru „Te iubesc si apreciez tot ce faci pentru mine". Atat timp cat este sincer, totul va decurge foarte usor. Albastru tanjeste dupa apropierea emotionala si dupa aprecierea partenerului. Vor renunta la placerile personale pentru a veni in intampinarea dorintelor partenerului. Apreciaza foarte mult cand altii pun inaintea placerilor proprii dorintele altora, chiar daca pentru scurt timp. Tema definitorie pentru Albastru o putem gasi usor intr-un cantec din *Camelot*. Regele Arthur sugereaza ca modul de a „ te purta cu o femeie este s-o iubesti, doar s-o iubesti". Nimic nu este mai adevarat pentru un Albastru, barbat sau femeie. Pur si simplu au nevoie sa stie ca-i iubesti si apreciezi pentru ca viata lor sa fie completa.

Albastru da totul la un asemenea nival, incat doar lauda nu este suficienta de obicei. Nu sunt deloc impresionati de recunosterile sociale, mai ales daca sunt superficiale. Albastru este mai degraba impresionat de un bilet de recunostinta scris de mana de la cineva care le intelege si apreciaza contributia.

Pe de alta parte, tipic pentru Galben este sa arunce lucrurile unul peste altul in ultimul moment si sa apara mirosind ca o floare. Nu are nevoie in mod special de apreciere. O palma pe spate de felicitare si recunoasterea publica (atunci cand este potrivita) va fi destul pentru el.

SA FIE BUN PENTRU EL (moral) versus SA ARATE BINE IN FATA CELORLALTI (social)

Personajul Jiminy Cricket al lui Walt Disney poate fi numit constiinta. Eu il numesc caracter. Numiti-l cum vreti, dar in final inseamna ca Albastru este mai preocupat de obligatiile morale, in timp ce Galben are nevoie de recunoastere sociala. Imi amintesc ca am consultat un pacient Albastru imediat dupa un pacient Galben intr-o zi. Amandoi se imbatasera la aniversarea de 25 de ani a socrilor. Am fost fascinat de modul diferit in care au abordat ingrijorarea fata de comportamentul lor. Pacientul Albastru vroia sa stie daca trebuie sa se scuze pentru faptul ca s-a imbatat. Era preocupat de intrebarea daca un ginere potrivit nu ar fi trebuit sa ramana treaz si sa ajute gazdele la petrecere. Pacientul Galben voia sa stie daca eu cred ca ceilalti membri ai familiei vor gandi rau despre el. Era mai preocupat de imaginea lui sociala in fata socrilor decat de comportamentul inadecvat. Albastru suferea din vina morala, Galben suferea din vina sociala.

Alt exemplu al diferentelor dintre ei sta in problema controlului greutatii. Albastru are nevoie sa se mentina in forma pentru ca sa le placa lor cum arata, in timp ce Galben vrea sa arate bine in

ochii celorlalti. Galben opereaza cu vanitatea personala, in timp ce Albastru este preocupat in primul rand de auto-respect.

SECURITATE versus AVENTURA PLINA DE JOACA

Albastru este adesea invidios pe autoaprecierea lui Galben. Galben o are dintotdeauna, uneori de la nastere, si nu cauta validarea in surse dinafara sa. Se plac pe sine si cred cu adevarat ca, in cele din urma, toate se rezolva. Aceasta incredere le permite sa caute aventura toata viata, in timp ce Albastru cauta cu disperare sentimentul de siguranta. Probabil ca unul din motivele pentru care Albastru cauta un Galben este confortul pe care il resimte in relatia cu cineva care nu depinde de incredere si siguranta.

Pe de alta parte, Galben valorizeaza securitatea pe care o primeste de la Albastru. Albastru munceste foarte mult pentru a oferi securitate celor pe care ii iubeste. Intuitiv Galben simte implicarea adanca a unui Albastru si, in general, fac orice pentru a-l opri pe Albastru in viata sa. Chiar inainte de a pleca intr-o calatorie de afaceri, o femeie Albastru a descoperit ca sotul ei Galben facuse o afacere cu tatal ei fara ca ea sa stie. Nu a putut sa tolereze aceasta din partea tatalui. A amenitat ca o sa-si paraseasca sotul pentru ca nu putea accepta ca acesta sa interactioneze cu tatal ei. Acest om fara griji a fost distrus. Gandul ca o va pierde a devenit obsesie. A sunat-o in fiecare seara in timp ce ea era in calatoria de afaceri, aproape hartuind-o. Vroia sa fie reasigurat ca ea inca il iubeste si va ramane cu el. Cand ea a venit acasa, a asteptat-o la aeroport cu un buchet de trandafiri si cu o limuzina. I-a citit poezii scrise de el pentru ea. Inconstient, Galben il cauta pe Albastru pentru ca acesta pune acent pe securitate si stie ca, dintre toate culorile, Albastru nu este doar cel ce cauta cel mai mult securitatea, ci si cel care o ofera cel mai mult.

Galben iubeste sa se intinda, sa se dezvolte. Urmaresc cu aviditate multe fatete ale vietii si sunt in principal interesati de aventura prin joaca, gasind competitia extrema neatragatoare. Galben risca de bunavoie, ei scimba slujbe, locuinte si prieteni mult mai usor decat Albastru. Iubesc sentimentul de a incerca ceva nou si au nevoie in permanenta de provocari de natura distractiva pentru a le mentine interesul.

AUTONOMIE versus LIBERTATE

Cuvintele *autonomie* si *libertate* exprima diferenta de scop. Albastru vrea autonomie pentru a executa o sarcina. Galben vrea libertate pentru a indeplini o sarcina, la fel de mult ca si pentru a lucra pe cont propriu. In organizatii, Albastru si Galben gasesc situatiile de munca independenta foarte confortabile. Amandoi prefera sa li se dea responsabilitati si sa fie apoi lasati sa-si faca treaba in felul lor. Accepta directivele, dar urasc controalele. Lui Albastru ii face placere latura creativa a autonomiei si tanjeste dupa posibilitatea de a atinge perfectiunea cand nimeni nu este in stare sa-i forteze sa accepte mediocritatea. Lui Galben ii plac interactiunile sociale, dar prefera libertatea de a lucra in ritmul propriu, fara ca altii sa le stabileasca termene limita si sa-i forteze la sedinte care nu sunt necesare. Amandoi au tendinta de a considera munca in echipa mai degraba o frana pentru stilul lor natural.

ADANCIME EMOTIONALA versus SUPERFICIALITATE EMOTIONALA.

Albastru are tendinta de a ramane angajat unei relatii de intimitate in ciudat cicatricilor emotionale, pe cand Galben cauta rapid refugii pentru dezamagirile personale. Lumea animalelor ne ofera doua modele. Albastru este ca ca si cainele care urmareste un iepure: este concentrat si determinat, in afara oricarei tentatii de distractie, isi urmareste cu tenacitate scopul. Albastru este predictibil emotional si de obicei ramane focusat pe un comportament toata viata.

Galben este mai degraba ca fluturele, osciland tot timpul cu o atitudine"uita-te si vezi". Nu se opreste nicaieri prea mult si mentine o distanta de siguranta cu celelalte fiinte. Frumos, gentil si excitant, atrage atentia tuturor dar stabileste putine legaturi.

Albastru este direct si constat in intentiile emotionale, Galben este mai vag si impredictibil. Amandoi valorizeaza sincer angajamentul, in ciuda diferentelor de implicare emotionala.

SERIOS SI PLIN DE TELURI versus JUCAUS SI SUPERFICIAL

Galben (catre sotie): N-ar fi grozav sa fim primavara la Paris? Gandeste-te doar cat de colorat si frumos va fi!
Albastru (catre sot): Iubesc romantismul Parisului primavara. Dar vreau sa mergem cand voi sti sigur ca suntem indragostiti. Sa mergem in Europa doar de dragul calatoriei nu ma incanta prea mult.

Multi Galben pot fi numiti „ Galben sacaitor". Oscileaza tot timpul intre a veni aproape si a sta departe. Seduc cu sarmul si inocenta lor, dar sunt usor de speriat. Stralucesc ca soarele si ademenesc cu existenta lor originala, dar imediat rad de tot atunci cand Albastrul din viata lor devine prea serios.

Acesta este un motiv particular de frustrare pentru Albastru, care rareori se implica superficial (mai ales in relatie). Gasesc ca atitudinea unui Galben este dificil de respectat si nu se pot baza pe el. Galben este adesea uluit de seriozitatea cu care Albastru abordeaza relatia si-l considera prea ingrijorat si prea zelos in privinta angajamentelor. „Tot ce vroiam," spunea un Galben care se intalnea cu o fata, „era sa ma distrez pur si simplu. Modul in care Albastru s-a purtat era de parca am fi fost cel putin casatoriti".

PERFECTIONISM PUTERNIC versus PRODUCTIVITATE IMPRASTIATA

Albastru trece prin viata observand toate detaliile si mentinand o concentrare penetranta. Doresc sa munceasca in plus pana cand fac perfect un lucru. Albastru valorizeaza oamenii care exprima acelasi tip de angajament in privinta perfectiunii, indiferent de profesie. Sunt adesea admirati de ceilalti pentru devotamentul lor in ceea ce priveste perfectiunea. In relatie, insa, aceasta este motiv de frustrare pentru amandoi. Galben devine frustrat de dorinta de perfectiune a lui Albastru. „Destul de bine" este exact asa pentru Galben-destul de bine. Pentru Albastru, aceasta inseamna „a te multumi cu putin".

Galben este mai inclinat sa se uite la un jucator ca Ilie Nastase pe terenul de tenis. Acest jucator roman ii impresiona pe fanii tenisului prin momente briliante de joc, alternate in egala masura cu momente briliante de copilarii, facute special pentru amuzamentul publicului. Era clar la fel de interesat atat de aprobarea sociala, cat si de expertiza tehnica.

Acest stil de productivitate imprastiata adesea genereaza frustrari teribile pentru Albastru, care nu poate intelege cum persoana pe care o iubeste (in special sot, copil, parinte) poate trece prin viata cu atat de putina grija pentru acuratete si dedicatie pentru perfectiune. Albastru are nevoie sa inteleaga ca Galben va fi ostil si noncooperant, pierzand toate sansele datorate charismei lor. Oricum, galben in general va echilibra balanta jocului cu momente productive si pline de insemnatate.

A CONTROLA PENTRU A CASTIGA SECURITATEA versus A CAUTA LIBERTATEA

O personalitate Albastru are tendinta de a prefera relatii coventionale, predictibile si prudente. Au atata nevoie de stabilitate, incat incearca sa tina totul sub control pentru a avea pace si liniste. Albastru este atat de potrivit si exact incat adesea se alege pe sine a fi seful in relatia Albastru –

Galben. Galben rezista controlului in mod instinctiv. Refuza sa-i dea controlul lui Albastru fara un pret. Depinzand de caracterul fiecaruia, acest pret poate fi extrem de mare.

Albastru adesea pare sa controleze pentru ca au nevoie sa se simta siguri in relatie, iar aceasta securitate crede ca provine din a sti ce face si unde se duce Galben, in fiecare moment. De asemenea, Albastru pare sa controleze pentru ca simte ca este esential sa-i atraga atentia tot timpul lui Galben despre ce este normal sa faca in public si despre manierele potrivite in fiecare situatie. Acest tip de instructie este interiorizata de Galben ca enervanta si non-necesara.

Galben iubeste flexibilitatea, schimbarea si relatiile nestructurate. Urasc legaturile puternice („fii acasa pentru cina in fiecare seara la ora 6 fix”) si au o nevoie foarte mica de stabilitate. Pentru a experimenta cu adevarat viata, libertatea are o insemnatate esentiala pentru un Galben. El pretuieste libertatea de a alege cu cine sa fie, unde sa mearga si cum sa ajunga acolo. Usor de manipulat, este foarte receptiv la Albastru, care ii permite sa-si aleaga propriile optiuni in viata. Fara un caracter sanatos, Galben poate abuza de libertatea lui si se poate gasi in situatia de a nu se angaja intr-o relatie, centrandu-se in schimb pe propria persoana (ca opus la o viata de cooperare).

RESPONSABIL versus IRESPONSABIL

„Spune-mi, te rog, daca ai auzit ca se cauta actori pentru *Vrajitorul din Oz*”, mi-a spus o mama Albastru. „Am persoana perfecta pentru sperietoarea de ciori fara creier - fiul meu!” Era ingrozitor de frustrata de comportamentul lui iresponsabil. „Serios”, a continuat ea, „nu ma menaja. Exista vreo posibilitate ca el sa capete creier vreodata?” Fiul sau Galben era reprezentativ pentru iresponsabilitatea multor Galben. Rareori se opresc si se gandesc inainte de a spune sau de a actiona.

Galben este mai preocupat de fizicul lui decat daca dormitorul sau arata ca o cocina. Este recunoscut pentru tricourile foarte scumpe pe care le plateste mai mult sau mai putin din banii proprii. Adolscentii Galben par a duce aceasta iresponsabilitate la paroxism, datorita tranzitiei exasperante de la copilarie la maturitate. Babysitter-ele Galben sunt extraordinare cand se joaca cu copiii, dar apoi prefera sa stea de vorba la telefon cu prietenii decat sa curete mizeria pe care au facut-o cand se jucau cu copiii.

Galben este mai preocupat de viteza cu care ia o curba decat de ce li se intampla cauciucurilor masinii. Un tata Albastru era preocupat de cat il osta fiul sau Galben. „Din cauza neglijentei tale, ajung sa cheltuiesc mult mai mult pentru tine decat pentru toti fratii tai la un loc”, spunea el. Il indemna tot timpul sa-si gaseasca o slujba bine platita pentru a putea supravietui pe cont propriu.

Galben nu acorda niciodata importanta faptelor lui pe termen lung, pentru ca el traieste momentul. De obicei, Albastru se opune imprumuturilor pe care Galben vrea sa le faca pentru echipament de campat, masini sau alte lucruri importante pentru Galben.

Pe de alta parte, Albastru este o companie nemaipomenita pentru Galben. Ca si Wendy din Peter Pan, Albastru se chinuieste constant sa-l ajute pe Galben sa se maturizeze si sa fie responsabil. Intotdeauna baga de seama detaliile si in mod constant ii explica de ce detaliile (cum ar fi culorile semaforului, diploma de liceu, sau umerasele) exista.

SINCER versus NESINCER

Albastru se mandreste cu sinceritatea si angajamentul loial pentru Galben. Un client Albastru, Tom, a venit si a cerut socoteala prietenului sau, John (Galben), despre cum a putut acesta sa plece intr-o vacanta in sudul Californiei si apoi brusc s-a decis sa stea in Albuquerque, New Mexico, pentru ultimul an de liceu. „Eram cei mai buni prieteni”, spunea Tom. „Nu cred ca el a inteles cat am investit eu in prietenia noastra. Si acum, dintr-o data, ma lasa balta si pleaca pentru o toana. Daca doar atat am insemnat eu pentru el, inseamna ca de fapt nu am avut o prietenie nemaipomenita

niciodata.” Tom era devastat la gandul ca prietenul sau il abandona dupa 3 ani petrecuti impreuna la liceu.

Tom si John petrecusera momente minunate impreuna. Acum John era pregatit sa experimenteze ceva nou. „Pana la urma traiesti o singura viata”, spunea John. Lui Albastru i se parea atat de nesincer pentru ca el sacrificase totul pentru prietenia lor. Galben simtea diferit. Daduse tot ce putuse intr-o relatie, apoi se mutase cand situatia se schimbase.

PROFIL STERS versus PROFIL PUTERNIC

Imaginati-va urmatoarele: doi oameni sustin un interviu pentru un post la un teatru care face turnee. Unul cere un post de designer si de croitor de costume, in spatele scenei, deci, iar celalalt cere in mod special un post care sa implice prezenta sa pe scena. Care credeti ca este Albastru si care credeti ca este Galben? Cercetarile au aratat ca Albastru prefera detaliile din spatele scenei, in timp ce galben prefera expunerea pe scena. Unuia ii place sa munceasca cu lucrurile, in timp ce celuilalt ii place sa lucreze cu oamenii.

SUSPICIOS versus INCREZATOR/NAIV

„Nevasta-mea e mai ceva decat FBI”, se plangea un sot Galben. „Stie tot ce-am facut rau din ziua in care ne-am cunoscut. N-as vrea sa vad posterul pe care l-ar face daca as fi un criminal!”

„Este adevarat”, a fost ea de acord. „Abia ne intorsesem din vacanta petrecuta cu un alt cuplu. Intr-o zi, sotii nostri au vrut sa plece impreuna la pescuit. Prietenul sotului meu i-a trimis un sarut de la distanta sotiei sale si i-a spus sa nu-l astepte cu masa, ca nu stie cand vine. Eu am cerut sa inspectez barca pentru a ma convinge ca e in regula si pentru a-i aduce sotului meu vesta de salvare (pe care o cumparasem si impachetasem stiind ca el s-ar putea sa vrea sa plece cu barca). Nu aveam incredere nici in el, nici in mine, nici in barca. Poti sa-ti imaginezi ca sotul meu moare intr-un accident de barca si eu raman sa cresc singura cei 2 copii?”

Multi Albastru trec prin viata prea suspiciosi. Rareori sunt liberi sa se bucure de momentele placute pentru ca sunt atat de obisnuiti sa-si faca griji in privinta a ceea ce poate merge rau.

Pe cat de mult sufera Albastru din cauza mintii sale suspicioase, pe atat poate Galben sa sufere din cauza naturii sale nondiscriminatorii. Prea des Galbeni minunati permit unor prieteni rai sa le intre in viata si sa le-o coloreze in mod urat. Ei nu cred ca oamenii pot avea si intentii necurate. Se ataseaza cu naivitate de oameni nepotriviti doar pentru ca sunt „simpatici” sau pentru ca „de fapt, odata ce apuci sa-i cunosti, iti dai seama ca nu sunt chiar asa de rai”.

Inocenta unui Galben ii produce ingrijorare unui parinte Albastru, pentru ca acesta ii valorizeaza entuziasmul proaspat, dar se teme de consecintele inevitabile ale gesturilor facute fara precautie. O mama Albastru si-a trimis fiica Galben la o scoala privata pentru a o desparti de un prieten cu influente negative. „Poti sa ma consideri autoritara sau cum vrei tu”, a spus ea plangand, „dar nu puteam sa suport sa vad cum acest copil superb se transforma sub ochii mei intr-un om sarcastic, rece si dur”.

A fost o miscare grozava. Fara deceptii. Tanara a stiut motivul, dar, cum era un Galben, imediat a gasit o multumire in a fi departe de casa si de a se aventura in lume pe cont propriu. S-a dus la scoala particulara unde si-a facut multi prieteni buni, schimband mediul si stilul de viata.

PREA SENSIBIL versus INSENSIBIL

Pentru un Albastru, orice este personal. Se simt puternic responsabili pentru tot ce se intampla in viata lor. Sensibilitatea lor extrema poate sa-i faca greu de acceptat. Daca intarzii, Albastru poate sa creada ca de fapt nu ai vrut sa vii. Daca esti suparat, Albastru se simte vinovat pentru ca a creat posibile dileme in viata ta. Albastru ia oamenii si experientele prea personal.

Albastru se lupta mereu cu insesibilitatea lui Galben, provenita din atitudinea sa lipsita de griji. Albastru are tendinta de a crea multe din traumele lor emotionale datorita hipersensibilitatii sale, dar dificultatile lor adesea mar mai complicate de insensibilitatea lui Galben.

O femeie Albastru era inspaimantata de expeditia pe un rau. A facut greseala de a intreba doi prieteni Galben, care mai fusesera intr-o astfel de expeditie, daca sa o faca sau nu. Acestia au reasigurat-o ca nu e nici o problema, aproape razand de frica ei. Femeia a fost furioasa cand ei au nu i-au luat temerile in serios. Prietenii ei erau insensibili. Ea era prea sensibila.

NERABDATOR versus BUN DIN FIRE

In relatia AlbastruGalben, adesea comportamentele lor se afla in conflict. Albastru vrea ca familia sa vina acasa in fiecare seara pentru cina, Galben vrea flexibilitate in problema orei la care ajunge acasa. Galben vrea sa fie intampinat cu un zambet si un sarut, in timp ce Albastru vrea sa inteleaga de ce nu sunt cu zambetul pe buze exact in momentul in care Galben se hotaraste sa apara acasa.

Albastru se lupta cu faptul ca el stie ce este mai bine pentru toata lumea, in special pentru Galben. Galben are tendinta de a uita de timp, oameni, angajamente sau orice altceva care le-ar putea complica existenta. Adesea copiii adota un Galben pentru modul liber in care se poarta. Aceasta il frustreaza pe Albastru, care este convins ca singurul motiv pentru care un Galben este iubit mai mult este faptul ca nu cere niciodata nimic de la nimeni. Albastru vrea ca un lucru sa fie facut imediat, si sa fie facut bine. Galben vrea si el ca un lucru sa fie facut, dar niciodata nu este foarte strict, oricand poate interveni ceva, de la invitatia unui prieten pentru o partida de tenis, pana la un deces in familie. Galben crede ca cele mai multe lucruri nu trebuie luate in serios, ci trebuie sa le lasi sa treaca fara sa le dai prea multa atentie. Albastru ia in seama orice (mai ales galagia copiilor si rapoartele date cu intarziere) si se simte complet doar cand face din orice o problema.

NEIERTATOR versus IERTATOR

Acesta reprezinta, poate, punctul cel mai tare al unui Galben si punctul cel mai slab al unui Albastru. In general, Galben nu staruie pe trecut. Albastru strange enorme cantitati de furie, resentiment si amaraciune de-a lungul experientelor negative. Gaseste ca este greu de trecut peste sentimente pe care arareori un Galben le simte. Daca un Galben simte adanc furie sau ostilitate, ii este foarte usor sa treaca peste acestea. Din aceasta cauza viata lor pare sa fie mult mai usoara.

O pacienta Albastru mi-a povestit cum a reusit in sfarsit sa-l ierte pe fostul sot, care o parasise pentru o alta femeie. „Speram in secret ca intr-o zi il voi vedea chel si gras, cu burta atarnandu-i disperata peste pantaloni si cu turul pantalonilor atarnandu-i la spate." Dar, cu toata sinceritatea, s-a intrebat apoi „Nu crezi, insa, ca in sfarsit l-am iertat?"

Albastru trebuie sa invete sa ierte, pentru ca-i vor speria pe companionii lor Galben, care nu le vor mai impartasi intimitatea. Aceasta ii va impiedica astfel pe Albastru sa experimenteze motivatia lor primara in viata – intimitatea.

INFRUNTA CONFLICTELE, BAZANDU-SE PE PRINCIPII versus EVITA CONFRUNTARILE

Exista anumite principii pe care Albastru le considera nenegociabile. Sunt gata sa-si puna reputatia in joc pentru aceste principii. Se vor lupta ca o ursoaica ce-si apara puiul decat sa renunte in numele pacii. Sotia Albastru este adesea furioasa pe sotul Galben care nu se angajeaza intr-o discutie folositoare. Albastru considera ca aceasta expresie cinstita a sentimentelor arata ca ii pasa. Albastru mai degraba suporta o relatie stresanta pentru a se face bine intelesi in privinta principiilor importante.

Galben inclina mai degraba spre evitarea confruntarilor razand sau deviind discutia pe un alt subiect mai putin controversat. Este vazut adesea ca neloial sau ca unul care face dublu rol, din cauza neimplicarii lor ferme intr-o discutie. Galben este, probabil, usor de convins sa renunte la o filosofie sau la principii proprii datorita faptului ca aceasta ar cere prea mult efort.

DISTANT versus DESCHIS

Albastru este mai inhibat decat Galben, din mai multe motive. Galben are un fel de a fi sigur pe el, care-l invita in viata celorlalti. „Oriunde m-as duce, intalnesc cei mai draguti oameni", spunea un Galben. Viata seamana cumva cu o oglinda, asa ca Galben pare sa gaseasca invitatii oriunde s-ar duce. Galben este indragit de oameni indiferent de varsta, rasa sau nivel socio-economic.

Albastru este mai discriminator si mai dispus la judecati. Sunt rezervati si suspiciosi de la distanta. Adesea sunt iubiti numai dupa o perioada substantiala de timp petrecuta impreuna. Albastru simte ca „a ma cunoaste inseamna a ma iubi". Galben simte ca „a ma iubi inseamna a ma cunoaste". Odata ce Galben se simte invitat in inima cuiva, devine vulnerabil si expresiv.

SE INVINOVATESTE versus INVINOVATESTE PE ALTII

Albastru se uita in interiorul sau pentru a explica relatiile proaste, in timp ce Galben, temandu-se de respingerea creata de propriile limita, de obicei arunca vina pe altii. Aceasta ii opreste adesea pe Galbeni de la o dezvoltare normala. Daca nu sunte atenti, Galben isi poate petrece toata viata explicand tuturor ca vina e a altora. Numai cand se vor putea uita inlauntrul lor si vor accepta importanta responsabilitatii, vor intelege adevarata forta care vine din acceptarea limitelor si asumarea responsabilitatii faptelor tale.

Un copil Galben dadea in mod repetat vina pe tatal sau Albastru pentru problemele scolare, crizele de identitate si hotie. De fapt, chiar ii facea placere sa-l auda pe bietul tata agonizand despre purtarea fiului si despre cum ar fi facut el lucrurile. Acestui copil Galben i-au trebuit patru ani de frustrare si dezamagiri personale pana cand a inceput sa vada partea lui de vina in aceasta relatie. Intr-un tarziu, si-a asumat partea lui de responsabilitate si a inceput sa se dezvolte normal.

NEGATIVIST versus POZITIVIST

Albastru nu stie niciodata de ce un lucru nu poate fi facut, in timp ce Galben imediat vede motivul pentru care trebuie incercat. Albastru intreaba „De ce nu eu? Cred ca as fi cea mai buna alegere!" Albastru vede toate problemele, in timp ce Galben vede toate posibilitatile.

ASCULTATOR PLIN DE GRIJA versus ASCULTATOR JALNIC

Galben este de obicei in cautatrea unei distractii si rareori asculta pe cineva intr-adevar. Nu sunt interesati de detalii emotionale, adesea considerand ca a sta s a-i asculta pe ceilalti este ceva cu adevarat plictisitor. Albastru adora ideea unei conversatii profunde si-i pasa realmente de ceea ce incearca cealalta persoana sa transmita. Sunt ascultatori excelenti si nu sunt foarte interesati de ce comentarii au de facut.

Albastru poate fi dezamagit de stilul superficial de ascultare al unui Galben si se poate simti tradat cand Galben ii aude cuvintele dar nu se concentreaza pe ceea ce simte.

Galben poate fi plictisit de povestile unui Albastru. Albastru are tendinta de a asasina conversatia cu prea multe amanunte, spuse de prea multe ori. Fara indoiala, ati auzit fraza „a face o poveste lunga mai scurta"; Albastru prefera versiunea „a face o poveste scurta mai lunga". Albastru vrea sa fie inteles si tinde sa vorbeasca intr-una in speranta superstitioasa ca intr-un final se va rezolva.

ITI DA, DAR TE AGATA versus ITI DA FARA SA ASTEPTE

Albastru are tendinta de a da mult mai mult decat Galben. Dar, cand Galben da, el nu mai asteapta nimic, in timp ce Albastru da si are expectatii. Multi Albastru devin furiosi cand sunt tratati meschin dupa ce au fost intelesi invers de ceilalti. Multi indivizi mi-au spus ce resentimente aveau dupa ce isi tratau oaspetii ca pe regi, iar acestia nu aveau macar un cuvant de apreciere. Galben arareori simte dezamagiri atat de profunde. Fie dau mai putin, fie atunci cand dau nu se asteapta la multumiri.

IUBESTE ADANC SI ISI IA ANGAJAMENTE PUTERNICE versus IUBESTE USOR, FARA ANGAJAMENTE

Albastru are o puternica loialitate pentru oricine sau orice fata de care se angajeaza. Se simt mai confortabil cand se angajeaza in relatii si se tem foarte tare cand sunt nevoiti sa-si anuleze angajamentele pe care si le iau. Un coleg de-al meu Albastru trecea printr-o exeprienta emotionala devastatoare incercand sa se decida daca sa stea cu sotia sa , care-i oferea distractie, dar nu si adancime emotionala, sau sa o paraseasca pentru o femeie pe care o iubea ca pe un prieten de ani buni. In final, nu a existat nici o decizie reala. Isi iubea sotia si nu a putut sa o paraseasca, in ciuda momentelor goale pe care le indura.

In contrast, imi amintesc de intrecerea de schi cu un prieten Galben. Imi amintea de Peter Pan, cu actele sale iresponsabile si cu refuzul sau de a accepta cerintele societatii in care crescuse. Pretindea ca se simte incarcerat, constrans si angajat in mariaj. Vroia sa se joace mai mult decat vroia sa fie responsabil pentru sotia si copiii sai.

La un an dupa conversatia noastra, prietenul meu isi abandonase familia pentru mai multa distractie. Galben are tendinta de a fi vulnerabil pe termen lung, din cauza lipsei de angajament ceruta de impartasirea imtimitatii.

Aceasta combinatie extraordinara de culori opuse ofera posibilitati pe care nici o alta combinatie de culori nu le au. Impartasesc o admiratie reciproca. Galben apreciaza Albastru pentru talentul, creativitatea, sensibilitatea, loialitatea, angajamentul si intimitatea pe care le ofera. Albastru valorizeaza Galben pentru vigoarea, optimismul, acceptanta, iertarea, candoarea si intimitatea pe care le da. Amandoi investesc in relatie potential puternic de intimitate si, uneori, recunosc sinergia unica care-i tine impreuna.

FAC CEA MAI PUTERNICA RELATIE DIN OPUSELE COMPLEMENTARE

Albastru are nevoie de Galben:

Pentru a mentine o perspectiva sanatoasa „acum si aici”
Pentru a avea momente creative si distractive
Pentru a nutri optimism si speranta.
Pentru a-i indragi si aprecia.
Pentru a li se reaminti de valoarea lor intrinseca.
Pentru a-i face sa rada.
Pentru a le arata partea luminoasa a vietii.
Pentru a lasa conversatia sa pluteasca.
Pentru a facilita relatiile sociale.
Pentru a imparti momente de intimitate.

Galben are nevoie de Albastru:

Pentru a le da stabilitate si directie.

Pentru a-i invata compasiunea si sensibilitatea

Pentru a observa detaliile si specificul
Pentru a le da stabilitate
Pentru a-i incuraja in completarea sarcinilor.

Pentru a le reaminti de evenimente si fapte.
Pentru a rade cu ei.

Pentru a-i pretui si a-i baga in seama. Pentru a le da teluri calauzitoare morale.

CONFLICTE POTENTIALE

ALBASTRU

Foarte devotati.
Prea sensibili
In general orientati spre munca
Controleaza
Orientat spre detaliu
Serios
Isi ia prea multe responsabilitati
Actioneaza apropiat si cum se cuvine
Prea neatent cu sine
Cere mult timp pentru deliberare in decizii

GALBEN

Adesea sarcastic
Prefera activitatile distractive
Obsedat de libertate
Fara detalii, in mare
Fara griji
Iresponsabil
Adesea neapropiat si fara maniere
Obsedat de sine
Ia decizii spontan

Capitolul 12

LEGATURILE ALB – GALBEN

Combinațiile ALB –ALB sunt compatibile una cu alta şi cu lumea din jurul lor.

Relațiile ALB – ALB („Pace şi toleranță”)

Relațiile ALB – ALB sunt relaxante şi liniştitoare. Nu cheltuiesc energie excesivă în lupta neimportantă a puterii ori în ceea ce priveşte detaliile. Această combinație tolerează diferențele. Este mult mai confortabil pentru amândouă să ignore comportamentul iritant decât să facă din acesta un scop. De aceea, ceea ce de obicei creează un conflict serios pentru alte combinații de personalitate, cu greu afectează legătura alb –alb.

Albul nu este desenat de obicei ca un lider. Lupta combinației alb – alb se duce fără o clară definire a rolului de lider. Este tipic pentru amândouă culorile să se aştepte una de la alta să preia conducerea. Nici una nici alta nu se conduc după un anumit plan sau creează teluri puternice pentru viitor. Nici una nu se supără dacă cealaltă decide, plănuieşte ceva sau o angajează pe cealaltă pentru viitor.

Combinația alb – alb este foarte tolerantă una cu cealaltă şi cu lumea înconjurătoare. Sunt foarte flexibile şi se pot acomoda uşor. Îşi permit una celeilalte preferințe independente (hobby-uri personale, mod de lucru) şi se pot baza una pe cealaltă (îşi ascultă una alteia îngrijorările ore întregi). Această combinație puternică înțelege importanța de a avea un anumit statut în furtuna vieții şi oferă acest dar prietenilor; familiei sau colegilor. În timp ce combinația alb – alb nu este obişnuită în relațiile maritale, sunt foarte agreabile în relațiile de prietenie. Mariajul presupune preocuparea pentru poziția de lider. Relațiile de prietenie însă nu. Atâta timp cât relațiile sunt bine structurate şi bine stabilite, această combinație întâmpină mici dificultății în a opera cu succes. Cele două elemente din această combinație primară se luptă cu „motivația” şi „rolul de lider”. Personajul alb munceşte foarte greu pentru dezvoltarea automotivației, tehnicii şi aservirea unor abilitătii. Cu aceste abilitătii în schimb combinația alb – alb are mai multe şanse de câştig.

Pace – Liniste

A se înțelege fiecare cu celălalt sunt motive de pace. Fiecare aduce toleranța necesară şi răbdarea în relație. În ordinea în care pacea este asigurată este un exemplu clar de contopire a ceea ce vezi . Lumea geografică ilustrează în mod interesant a acestei motivații puternice în toate alburile. Națiile alb ca Finlanda, Canada sunt iubitoare de pace şi foarte rar dacă începe vreuna război. Totuşi ele sunt cunoscute ca menținătoare de puternice apărării când sunt atacate de alte națiuni mai agresive. Camaraderia albului este asemănătoare națiunilor albe în comportamentul lor. Ele se luptă pentru o coexistență paşnică. Totuşi sunt gata să se apere prompt când forțe din afară intervin contra intereselor lor.

Rabdare si toleranta

Foarte greu această combinație te înfurie sau te face să te simți prejudiciat. Există o acceptare mutuală. Ele nu cer altor culori să fie răbdătoare şi tolerante. Legăturile alb – alb ne amintesc de viața lui Mahatma Gandhi sau Martin Luther King. Amândoi au promovat în mod tacit o lume plină de prejudecăți şi nedreptate fără nevoia de mari faime sau publicitate (fără surle şi trâmbițe).

Legăturile alb – alb nu sunt opulente. Ele conviețuiesc simplu şi permit şi altora o viață simplă. „Legăturile alb – alb sunt identificabile prin pacea lor”.

Satisfacere - Multumire

Imaginați-vă o relație în care nu există dezacorduri sau conflicte. Imaginați-vă alb cu alb. Această prietenie rareori se plânge sau are dificultății în a se înțelege una cu cealaltă. De fapt foarte rar s-au observat probleme. Această combinație este ultima a cărei dorință este să-şi cheltuiască energia în conflicte negative. Ele sunt mulțumite reciproc.

Complacere neproductiva

Este o binecuvântare să fii prevenit de greşelile altora, să fii rupt de realitate este o iresponsabilitate. Multe combinații alb – alb îşi permit să se complacă în relația lor şi să ignore circumstanțele din afara acesteia. Sunt ca elevii de liceu care clachează înaintea absolvirii şi care sunt surprinşi că nu au de muncă. Combinațiile alb – alb sunt foarte adesea conservatoare şi sfârşesc alegându–se cu partea scurtă a bățului. Când presiunea devine vizibilă această combinație foarte pasivă şi neproductivă este total nepregătită şi vulnerabilă.

Această combinație este binecunoscută în a lăsa lucrurile pe care le pot face azi pe mâine. Sunt delăsători şi, fără cineva care este puternic determinat, sunt înclinați mai degrabă să dea deoparte lucrurile mai importante. Se tolerează una pe cealaltă într-un mod relaxant. Din această cauză poate rezulta o neproductivitate periculoasă. Statul Hawaii a experimentat-o. Hawaianii s-au complăcut în această grădină a paradisului până când au realizat dintr-o dată că investitorii din afară le-au cumpărat țara chiar de sub nasul lor, nelăsându-le astfel nimic de transmis strănepoților lor. Legăturile alb - alb pot fi atât de neproductive încât pot deveni victime ale altora, combinații de culori mult mai determinante. Ele trebuie să învețe să echilibreze stilul de viață complăcut şi relaxant cu productivitatea necesară pentru a îndura cu succes problemele ce se ivesc în viața de zi cu zi.

Auto indoiala si indecizie

Această combinație suferă înainte de toate de auto-îndoială (neîncredere). De obicei au îndoieli despre deciziile luate sau de capacitățile personale. Trenează în această nesiguranță din cauză că de obicei nu sunt convinşi că au luat decizia corectă. Albii îşi pun mai degrabă întrebări despre decizie decât să ia o poziție directă în susținerea acesteia sau împotriva ei, indiferent de decizia luată. Fiecare aşteaptă reacția celuilalt pentru a putea constata dacă a avut sau nu dreptate. Există cazuri în care această reacție lipseşte iar întrebările cu privire la decizia luată rămân fără răspuns. Încrederea în sine se dobândeşte personal. Încrederea vine după aceasta. Albii fie îşi asumă riscurile, fie îşi acceptă deciziile. Aceste indecizii si neîncrederi rămân blocate în legăturile alb – alb.

Dependenta, Timiditate, Neamplinire

Albii pot fi plictisitori ori par plictisitori datorită naturii lor timide, dependente, nepăsării. Combinația alb – alb poate funcționa confortabil, static, lungi perioade de timp dacă nu există cineva în jurul lor să-i anime. Un cuplu alb- alb s-a complăcut ani buni în această situație până să se căsătorească. Legătura lor se reduce la vizionarea programelor de televizor şi la dormit. Unul obişnuia să-l sune pe celălalt târziu în noapte şi vorbeau până când adormeau amândoi. Nu vă faceți griji, erau teribili de răbdători unul cu celălalt. Au terminat cu dragostea la scurt timp după căsătorie, dar au mai trăit 5 ani împreună până la destrămarea căsătoriei. Până la urmă cine a întocmit actele de divorț? Amândoi erau prea delăsători să facă prima mutare. Nici unul nu era implicat într-o altă relație iar căsătoria lor funcționa din punct de vedere legal, până când prietenii au pus-o pe femeie să

introducă acțiunea de divorț. „Forțarea mâinii” poate fi traumatizantă pentru relația alb – alb. Din nefericire timiditatea lor promovează, de obicei, compromisuri nesănătoase. Fiind forțați mai degrabă să-şi rezolve problemele cu mai multă responsabilitate.

Combinația alb – alb caută o coexistență paşnică. Preferă să plutească deasupra valorilor vieții decât să le înfrunte direct. Sunt răbdători unul cu celălalt şi cu lumea lor. Aceasta combinație evită timid riscurile şi luarea de decizii. Ei preferă o existență liniştită şi sigură şi sunt total împotriva unei vieți dinamice şi tumultoase.

LEGĂTURILE ALB – GALBEN

Gingasie

Această legătură se referă la „băieții de treabă” sau la fete. Sunt persoane simpatice, caută o cale uşoară de interacțiune şi nu se aşteaptă la prea mult din partea altora. Nici unul nu caută să-l deranjeze pe celălalt. Pot fi părinți sau colegi excelenți dar foarte greu se implică într-o relație intimă.

De două ori am fost implicat într-o relație cu nişte fete minunate, gingaşe, plăcute, dar nici una nu a fost destul. Îmi dau seama acum că deşi există o atracție foarte puternică şi un confort emoțional relațiile mele erau incomplete. Eu sunt un „alb”, ea este un galben, în acea perioadă aveam nevoie de cineva puternic. Dezvoltându-mi caracterul de a lungul anilor sunt sigur că acum am putea completa cu succes acest puzzle deoarece acum am adăugat noi piese structurii mele de personalitate.

Albul şi galbenul se acomodează unul cu celălalt. În general nu se motivează unul pe celălalt. Poate le lipseşte ferocitatea pe care o au „roşul” cu „albastru”, de a-şi aprinde focul unu altuia. Ca şi copii au aceleaşi valori şi preferințe pentru activități normale, naturale. Ca prieteni în adolescență şi până aproape de maturitate natura lor gentilă îi face să aibă relații pozitive. Ca adulți ei se apreciază unii pe alții fără a fi prea complicați. Poate exista o amestecare cauzală confortabilă a doi oameni independenți.

VIZUALIZAREA

Personalitătții „albe”	Personalitătții „galbene”
SCOP	
Linişte	Distracție
NEVOI	
Putere şi stăpânire de sine	Legături superficiale
Respect	Să fie vorbit de bine
Să se simtă bine cu el	Acceptat social
Acceptare	Aprobare
CE VOR	
Independență	Aventură
Protecție	Libertate
Să fie mulțumiți şi să mulțumească şi pe alții	Să fie pe placul altora şi al lor
Să spulbere nesiguranța	Să ascundă eşecurile.
STIL COMPORTAMENTAL	
Stabilitate	Schimbare
Profil scăzut (slab)	Profil tare

Refuzul de a fi controlat	Refuză să fie controlat
Plictisit	Entuziasmat
Pasiv	Activ
Delăsător	Participă activ
Singuratic	Uşor distrat
Tenace	Cal de cursă
Mârţoagă	Emoţional şi expresiv
Eşuează	

Logic	Emoţional
Comunicativ	Comunicativ
(Cu sentiment şi fapte)	(Cu sentiment şi fapte)
Executant	Delegat / Performer
În spatele scenei	În lumina reflectoarelor
Răbdător	Bine înzestrat

Neîntrebător	Neanxios
Relaxat	Cu băgare de seamă
Nu este posesiv	Nu este posesiv
Liniştit	Evită confruntările
Puternic nonverbal	Puternic verbal

Manipulare liniştită	Caută căi de eschivare
Iubeşte domol cu tărie	Uşuratic
Se angajează în relaţie	Se angajează în relaţie
Creativ	Productivitate relativă
Aplică regulile	Încalcă regulile
Îngăduitor	Fără meticulozitate (foloseşte umorul)
Meticulos	
Dă sfaturi doar atunci când i se cere	Dă sfaturi însă un se concentrează; le oferă cu îngăduinţă
Caută sfaturi dar nu le cere în mod deosebit	Primeşte bine sfaturile bune

Îngăduitor	Stimulativ
Tolerant cu ceilalţi	Îi acceptă pe ceilalţi
Se simte inadecvat	Are un puternic respect de sine
Nu-şi dezvăluie viaţa	Rar îşi acceptă greşelile sau vina
Urăşte conflictele şi repercusiunile	Îi place să facă faţă tuturor situaţiilor, se fereşte să-i dezamăgească pe ceilalţi
Iartă dar un uită	Iertător

RELAȚIILE INTERPERSONALE ALB – GALBEN
(prezentare aprofundată)

LINIŞTE versus AMUZAMENT

Albii nu pot înțelege de ce galbenii se pot implica într-o relație cu toate necazurile care se ivesc în dezvoltarea acesteia, ori în activitățile comunității, la şcoală sau la serviciu. Albii înclină mai mult să fie duşi de val şi devin frustrații când prietenii lor „galbenii" supralicitează sau îi târăsc în activitățiì sau situații nu neapărat necesare.

„Dacă aş fi ştiut că viața cu tine va fi aşa de haotică" a femeie „albă" a exclamat către concubinul ei „galben", aş fi urmat câteva cursuri şi m-aş fi angajat ca secretara ta personală. Este o adevărată nebunie când lumea ne sună în mod constant iar bărbații zburdă prin toată casa noastră. Crezi că ar trebui băgați la întreținere sau să ne deschidem o linie telefonică pentru oferit servicii? „Albii" se străduiesc să nu-şi complice viața în timp ce „galbenii" se implică, sunt activi şi încearcă să-şi facă viața cât mai amuzantă.

„Albii" sunt mai interesați să se înțeleagă cu ceilalți decât să aibă ei ultimul cuvânt. „Albii" acceptă tacit multe din limitele „galbenilor" în timp ce aceştia îi tachinează pe „albi" şi îi iau în derâdere limitele „albilor".

PUTERE ŞI AUTO CONTROL versus INTIMITATE

„Albii" sunt interesați în a-şi dezvolta un mediu înconjurător sigur în timp ce „galbenii" duc o existență riscantă. „Galbenii" sunt extrovertiți în timp ce partenerii lor „albi" sunt mult mai rezervați.

„Albii" sunt ca nişte pisici labile, să vină şi să plece intr-un loc numai al lor. „Galbenii" sunt precum câinii, întotdeauna caută să facă observați, să fie alintați, să le acorzi toată atenția

SĂ FIE RESPECTAT versus SĂ FIE RUGAT

„Albii" au nevoie ca dorințele lor să fie respectate, nu doresc să fie împinşi să ia o decizie, nu se simt bine într-o astfel de situație. „Albii" par (din punct de vedere comportamental) să aibă nevoie mai tot timpul de rugăminți şi atenție, în realitate ei vor să le fie respectată liniştea, preferințele. Din cauză că „albii" sunt un gen nonverbal ei vorbesc numai când este necesar, pentru a fi lăsați în pace, să rămână doar cu anumiți prieteni sau cu cine altcineva doresc ei. „Galbenii" pot părea uneori lipsiți de respect, le place să atragă atenția şi să fie rugați. Devin frustrați cu prietenii „albi" care nu prea vorbesc dar se aşteaptă ca aceştia să le cunoască dorințele şi să le respecte. Poate una dintre cele mai dificile interacțiuni în relația alb – galben este din cauză că fiecare are nevoi diferite în ceea ce priveşte respectul şi înțelegerea. „Albii" nu prea sunt recunoscuți pentru capacitatea de a-i înțelege pe ceilalți. „Galbenii" sunt adesea lipsiți de respect față de ceilalți şi depăşesc de obicei limitele impuse de „albi".

PROTECȚIE versus LIBERTATE

„Galbenii" tind să fie mai de încredere decât „albii". „Galbenii" îşi asumă riscurile şi de aceea se simt mai bine față de necunoscuți, în timp ce „albii" preferă să fie înconjurați de siguranță. „Galbenii" îi provoacă de multe ori pe prietenii lor „albi" să atingă şi să încerce experiențe sălbatice şi nebuneşti. „Albii" sunt mult mai concentrați pe ceea ce se întâmplă după aceste experiențe, „galbenii" sunt înclinați să-i lase pe „albi" legați emoțional în timp ce ei nu prea se implică.

STABILITATE versus SCHIMBARE

„Albii” şi „galbenii” de obicei nu per văd viața prin aceeaşi fereastră.

„Albii” vor să vadă aceeaşi scenă, „galbenii” îşi tot schimbă tabloul. „Albii” apreciază oportunitățile pe care „galbenii” le aduc dar nu găsesc necesar să le experimenteze atât de rapid sau inconvenabil.

PLICTISEALĂ versus NERĂBDARE

Dacă cineva are înclinații să cadă în obişnuit aceştia sunt „albii”. Ei sunt adepții sindromului „acelaşi” – aceeaşi maşină, aceleaşi cărți, aceiaşi prieteni, aceeaşi casă. „Galbenii” se luptă cu exact opusul acestei tendințe. Sindromul „altfel”, totul în viața lor este un flux continuu. Ei în- totdeauna încearcă mâncăruri noi, călători în locuri noi, să întâlnească noi prieteni şi să-şi cumpere maşini noi.

CALCULAT versus IMPLICARE

„Albii” au nevoi de orice să fie legați de prietenii lor „galbenii” pentru a încerca experiențe noi. „Galbenii” doresc să-i implice pe „albi” în activitate lor. Ei sunt atât de implicați în convingeri încât „albii” cu greu le rezistă. Oricum „galbenii” obosesc să-i tot convingă pe „albi” să rişte şi ei ceva mai mult.

TENACE versus INFLUENȚABILI

„Albii” sunt ca nişte cai de cursă lungă, sunt tenace în efortul lor de a atinge o anumită țintă. Atunci când sunt angajați pentru o cauză sunt foarte greu de abătut de la drumul lor. „Galbenii” sunt predispuşi să sară de la una la alta. „Albii” se simt frustrați de modul în care „galbenii” se manifestă dar tind să fie toleranți cu aceştia în ciuda iritărilor pe care „galbeni” le provoacă.

IMPRESIONABILI, ÎŞI EXPRIMĂ CU GREU SENTIMENTELE versus EMOTIVI ŞI EXPRESIVI

O adolescentă „galbenă” (frustrată şi imploratoare) „Dar de ce nu vii să iei cina cu părinții mei?” Îşi doresc atât de mult să te cunoască.
Un adolescent „alb” (frustrat şi tăcut) încă nu mă simt pregătit să-i întâlnesc. Poate săptămâna viitoare.

Acest tânăr „alb” mi s-a confesat că-i este teamă că părinții prietenei lui îl vor întreba ce note are. Se simțea frustrat deoarece ei ar putea fi dezamăgiți de el şi nu o vor mai lăsa pe fiica lor să se mai întâlnească cu el. A preferat că decât să fie cinstit cu ei mai bine să-i evite.

„Albii” adesea gândesc profund dar preferă să nu spună deoarece se tem că nu au abilitățiii oratorice. De aceea îți pondereză simțămintele şi vorbesc foarte puțin despre ei. „Galbenii” se agită, sunt demonstrativi, ei au nevoie să exprime ceea ce simt şi să afle acelaşi lucru şi de la prietenii lor „albi”.

„Galbenii” trebuie să învețe să aibă răbdare cu „albii”. Aceştia apreciază faptul că „galbenii” petrec timpul cu ei fără a se aştepta ca aceştia să vorbească. „Albii” cer timp când se simt acceptațiii sunt mult mai dispuşi să se expună.

EXECUTANT versus DELEGAT/PROTAGONIST

„Albii” sunt mai degrabă executanti decât şefi. Nu sunt interesati de fanfare şi complicații. În general se simt mai bine dacă fac ei munca decât să delege pe altcineva. „Albii” nu sunt puternici pe

comunicarea verbală ceea ce le îngrădeşte abilităţile manageriale. De câte ori „albii" se simt confortabil cu aceste abilităţii iau decizii excelente datorită răbdării, tactului şi toleranţei faţă de ceilalţi angajaţi.

„Galbenilor" le place centrul scenei. La plac oportunităţile (nu treburi de rutină, vă rog). Sar întotdeauna în ajutorul altora, fac schiţe şi scheme. „Galbenii" sunt lideri carismatici. Sunt motivatori dinamici şi îi întâlnim deseori în lumina reflectoarelor vizavi de munca actuală. „Albii" şi „galbenii" lucrează bine împreună pentru că rolul lor preferat este în direcţii diferite.

RĂBDĂTOR versus BINE ÎNZESTRAT

Doi buni prieteni au petrecut mult timp împreună în timpul colegiului. Erau colegi de cameră şi foarte des mergeau împreună prin campus să mănânce, sau la bibliotecă să studieze. „Albul" sosea de obicei cu o oră mai târziu faţă de timpul stabilit. Prietenul lui „galben" îşi găsea de obicei un loc liniştit unde să studieze ori se amuza cu cineva în timp ce aştepta. Nu s-au supărat niciodată unul pe celălalt. Alegeau să meargă să mănânce sau să meargă la un film, mai târziu. Dacă „galbenul" se plictisea o lua înainte şi nimeni nu era supărat sau îngrijorat. „Galbenii" şi „albii" se bucură de o capacitate de toleranţă şi acceptare rare care nu există la altă combinaţie de culori. Amândoi sunt domoli la mânie şi se mişcă repede atunci când alunecă.

NONPOSESIV versus NONPOSESIV

De obicei nici una dintre personalităţi nu este condusă de nevoia de a poseda oameni sau lucruri materiale. „Galbenii" trăiesc momentul, foarte rar economisesc bani, au atât cât le trebuie ca să supravieţuiască. „Galbenii" întotdeauna îşi pot face noi prieteni şi de aceea foarte rar se simt pedepsiţi dacă pierd oamenii din viaţa lor. Unii îşi pot imagina că ar putea să piardă prieteni, soţii, copii deoarece ei sunt atât de implicaţi în viaţa lor.

„Albii" sunt atenţi la modul de abordare al celorlalţi. Deseori sunt contrariaţi dacă sunt respinşi şi nu ştiu cum să reacţioneze. Tipic pentru „albi" este grija ce o au pentru avantajele materiale.

Combinaţia „alb – galben" este foarte relaxantă. Nici una din poziţiile pe care o au unul faţă de celălalt nu îi solicită prea mult. Amândouă culorile doresc ca această poziţie (postură) să nici nu existe în cadrul relaţiei lor deoarece este mult mai bine să trăieşti fără de „a fi" sau „a avea" mai mult.

APLICĂ REGULILE versus ÎNCALCĂ REGULILE

„Albii" tind să se supună legilor, regulilor, regulamentelor, organelor autorităţii. „Galbenii" n-o fac de obicei. Aceasta poate crea tensiuni între aceştia. Oricum „albii" sunt atât de toleranţi şi cu mult tact încât de obicei îi conving pe „galbeni" să-şi revizuiască comportamentul inacceptabil. „Galbenii" sunt sensibili la acceptarea socială în ciuda înclinaţiei lor de-a face lucruri sălbatice şi nebuneşti, sunt deschişi la influenţele sociale pozitive din partea celor care impun respect şi valoare.

IARTĂ DAR NU UITĂ versus IARTĂ

Ambele personalităţi sunt iertătoare. Tind să accepte că fiecare mai greşeşte. Nimeni nu-şi consumă energia purtând pică. Totuşi „albii" nu uită uşor. „Galbenii" în schimb da. O femeie „galbenă" s-a confesat într-o problemă personală (intimă) unui prieten „alb" prietenul a spus şi celorlalţi. „Galbenul" a fost rănit teribil dar fără să ţină cont de acest lucru o zi mai târziu a făcut o confidenţă aceluiaşi prieten. „Albii" şi „galbenii" rareori îşi ard relaţia cu bagaje emoţionale. Ei se concentrează pe aspectele pozitive ale celorlalte personalităţi.

COPLEŞIT versus OPTIMIST

În situaţia de criză „albii" se simt deseori copleşiţi. „Galbenii" văd de obicei linia argintie din norii întunecaţi. „Albii" tind să vadă numai posibilităţi atunci când caută soluţii. „Galbenii" găsesc posibilităţii necivilizate. „Albii" caută salvarea magică (sindromul cultului alb) în timp ce „galbenii" simt magia în rezolvarea problemei. De obicei „albii" sunt pesimişti şi „galbenii" îşi asumă rolul optimistului.

DEDICAT NUMAI CÂND ESTE INTERESAT versus INDISCIPLINAT

„Albii" au interes atunci când fac un angajament. Ei pot fi leneşi şi nu prea simt nevoia de a fi productivi cu această atitudine relaxată „albii" găsesc dificil să se angajeze faţă de oameni sau în activităţi care nu-i interesează sau prezintă prea puţin interes pentru ei. „Albii" sunt motivaţi cu greu sau greu îşi menţin această motivaţie. Părinţii şi soţiile „galben" sunt frustraţi în încercare lor de a-i face pe copii sau parteneri să-şi asume responsabilităţi sau să-i intereseze ceva. Oricum dacă un „alb" este implicat în activităţi sau sarcini de muncă, în general el sau ea sunt dedicaţi şi loiali acestora.

De-a lungul vieţii „galbenii" au probleme cu disciplina, constanţa este un concept străin pentru „galbenii". Tind să stea cu cineva atâta timp cât este amuzant. Distracţia nu este un ingredient major pentru a reuşi ceva în viaţă? Acest lucru explică de ce mulţi „galbenii" au un mod de viaţă simplu.

EXCELENT ASCULTĂTOR (confident) versus PROST ASCULTĂTOR

„Galbenii" sunt neobosiţii şi „albii" sunt calmi. Ascultarea cere răbdare şi voinţa de a-i pune pe ceilalţi mai presus. „Galbenii" au tendinţa de a nu face nimic cum trebuie. „Albii" stau confortabil ore întregi cu alte persoane în timp ce vorbesc despre felul în care aceştia se simt.

„Galbenii" întrerup în mod frecvent şi grăbesc conversaţiile lungi deseori terminând chiar ei fraza celui care vorbeşte. „Albii" preferă conversaţia liniştită, acceptă pauzele lungi fără a pune întrebări şi îi acordă celuilalt timp de gândire.

„Albii" şi „galbenii" sunt aproape abrazivi în ceea ce priveşte acest comportament şi tind să stea liniştiţi (sau nu) până când „galbenii" învaţă să preţuiască şi să aplice arta ascultării.

SE ÎNVINOVĂŢESC SINGURI versus DAU VINA PE ALŢII.

Când se întâmplă ceva rău, „albii" se învinovăţesc în schimb „galbenii" dau vina pe ceilalţi. Următorul exemplu reflectă stilul lor.

„Alb": Cum am putut să fiu atât de prost? Puteam să rezolv problema altfel.

„Galbenii": De ce nu ai avut grijă de această problemă? Puteai să o rezolvi altfel.

Nici un răspuns nu este pozitiv. În cele mai multe cazuri „albii" se luptă cu un respect de sine scăzut, deoarece îşi asumă vina pentru că au creat (sau au contribuit) cele mai multe probleme.

„Galbenii" sunt naivi şi tind să fie limitaţi în trăirile lor emoţionale pentru că nu-şi asumă această vină.

PREA SENSIBIL versus INSENSIBIL

„Albii" sunt uşor influenţabili. În special sunt vulnerabili la critici şi insensibilitatea „galbenilor". Aceştia nu se gândesc la felul în care se simt alţii când ei sunt prostcrescuţi sau fac comentarii răutăcioase. „Albii" nu au tendinţa să le răspundă, preferă mai degrabă să ţină durerea în

ei. Foarte des aceştia se autoblamează şi se simt răniţi în acelaşi timp dacă ceilalţi nu le înţeleg durerea.

„Galbenii" desluşesc comportamentul „albilor" ca: „sunt în regulă", „întotdeauna sunt aşa". „Galbenii" nu prea acordă atenţie nevoilor celorlalţi sau comportamentului lor atâta timp cât ei se distrează. Foarte des sunt surprinşi să afle că i-au ofensat pe „albi".

COMPLEMENTARITATE

„Albii" au nevoie de „galbeni"	„Galbenii" au nevoie de „albi"
Să-i entuziasmeze	Să-i liniştească
Să-i încurajeze	Să-i asculte
Să accepte personalitatea lor slabă	Să fie rugaţi
Să fie drăguţi cu ei	Să se joace cu ei
Intimi	Să-i tolereze
Să păstreze secretele	Să li se confeseze
Să dezvolte activităţi	Să împărtăşească o relaţie liniştită
Să împărtăşească o relaţie liniştită	Să-i accepte.
Să fie sensibili la îndoielile lor	

POTENŢIALE CONFLICTE

„Albii"	„ Galbenii"
Nonverbal	Vorbesc de sine
Fără ţel	Făra tel
Pasivi	Pasionali
Se bucură de timpul lor	Le place să aibă viaţă socială
Absenţi	Zgomotoşi
Liniştiţi	Ostentativi
Exprimare liniştită	Entuziaşti
Plictisitori	

RELAŢIILE „GALBEN – GALBEN"

Strălucesc la fel ca un neon noaptea la un colţ de stradă.
Relaţiile „galben – galben" sunt „luminoase şi strălucitoare"

Relaţiile „galben – galben" strălucesc la fel ca un neon noaptea la un colţ de stradă. Ei luminează şi strălucesc pentru ca oricine să-i vadă. Foarte rar se întâmplă ca cineva să se înşele cu privire la astfel de combinaţie. Ca două păpuşi jucăuşe ei se urmăresc unul pe celălalt prin viaţă uitând parcă de lumea din jurul lor. Sunt jucăuşi şi amuzanţi. Această combinaţie ştie cu siguranţă cum să se distreze.

„Galbenii" se bucură de prietenia lor mutuală. În mod obişnuit ei nu se „îneacă" într-o relaţie conjugală. În general este preferată prietenia în timp ce căsătoria nu. Atâta vreme cât doi „galbeni" se găsesc în acelaşi timp în acelaşi loc întotdeauna se vor bucura de o atmosferă plăcută. Mariajul presupune mai mult decât o petrecere a timpului liber împreună. Cineva trebuie sa spună că nu este totul o joacă. Dacă nu există acest cineva aceştia rar au un echilibru sănătos între muncă şi joacă.

„Galbenii" se bazează pe o energie debordantă. Sunt „marinari de cursă lungă", fără a avea nevoie de odihnă călătoresc bine împreună, petrec bine, râd mult împreună. Ceea ce nu fac bine împreună este: să muncească, temele, gospodăria ori situaţiile care au termene limită. Sunt foarte

uşor de distras de la muncă, şi cu multă uşurinţă găsesc tot felul de motive să mai facă o pauză de la munca lor riguroasă. Îşi concentrează energia pe activităţi lejere cum ar fi recreerea, conversaţia şi explorarea creativă. Preferă să-şi folosească în doi această energie sau uneori aleg să fie singuri.

Combinaţia „galben - galben” îi atrage pe ceilalţi ca un magnet. Sunt lideri şi totuşi tind să fie copleşiţi odată ce atrag interesul altora. Conduc cel mai bine activităţile distractive. Din această cauză cea mai mare influenţă asupra altora se manifestă de obicei într-o lume a distracţiei şi a amuzamentului.

Amuzament

Combinaţia „galben – galben” este mai mult de acord cu distracţia. Vor să-şi împărtăşească bucuria cu ceilalţi atâta timp cât aceştia nu el cer prea mult din timpul lor. Se luptă de asemenea cu cei care gândesc că sunt prea convenţionali. „Galbenii – galbenii” foarte rar limitează distracţia în relaţiile lor . Atâta timp cât tot se simt bine orice altceva poate să mai aştepte. Fantezia acestei relaţii este că toate drumurile duc la Disneyland, într-o staţiune de schi sau pe o plajă.

Au nevoie de atentie

Fiecare reclamă foarte multă atenţie din partea celorlalţi. De fapt, se întâmplă aşa din cauză că „galbenii” caută să facă o impresie bună, de moment decât să capete o atenţie profundă. Nativ, sunt optimişti şi îi laudă pe ceilalţi cu uşurinţă. Un timp petrecut împreună şi o laudă sunt de ajuns pentru ca „galben – galben”-ii să nu se simtă neglijaţi într-o relaţie.

Libertate

Principiul sacru al acestei combinaţii privesc libertatea, nici unul nu caută să-l îngrădească pe celălalt sau să-l facă să-şi ia angajamente. „Galbenul” acceptă timpul pe care îl împarte cu celălalt oricât ar fi el. Nici unul nu intenţionează să se implice mai mult de cât o face în prezent. „Galbenii” îşi pot lăsa baltă relaţia şi după un timp o pot relua de acolo de unde au lăsat-o. Ei nu se simt neglijaţi ori frustraţi în mod deosebit că au pierdut legătura peste ani. Amândoi apreciază libertatea de a intra sau a ieşi din relaţie şi nu simt nevoia să se lege sau să se angajeze în vreun fel.

Vorbareti

Vorbă! Vorbă! Vorbă! „Galbenii” pot vorbi despre tot şi despre nimic. Apreciază discuţiile serioase cât şi pe cele superficiale. Puneţi la o petrecere, la o înmormântare sau în bucătăria lor îşi vor găsi întotdeauna un subiect de conversaţie. Nici unul nu are veleităţi de mare ascultător dar asta nu pare să afecteze interesul în comunicarea lor, iar aceasta îi face de obicei să piardă aspecte importante ale acesteia. Dialogul constant nu prea este apreciat în relaţia lor şi amândoi îşi doresc să-şi asume responsabilitatea de a promova şi a susţine o discuţie pozitivă.

Un se angajeaza intr-o relatie

Această combinaţie de culoare promovează joaca şi se teme de o relaţie serioasă. Ei au percepţia libertatii şi activităţile plăcute nu sunt neapărat compatibile cu angajarea într-o relaţie serioasă. În lumina acestei dileme relaţiile „galbene” aleg libertatea în mod obişnuit şi neglijează angajamentele.

Iresponsabili

„Galbenii” se aşteaptă de la alţii să se descurce cu detaliile, ei pierd finalitatea. Când cealaltă persoană este tot un „galben” detaliile sunt de obicei neglijate şi nu au nici o finalitate. Nici unul nu-şi ia rolul foarte în serios iar acestea se pierde de la sine, apărând mereu alte probleme ceea ce reduce capacitatea de viață pe care o împart.

Acest lucru este foarte bine ilustrat de doi prieteni „galbeni” care erau „baby – sitter”. Intr-o noapte fata a adormit la 17:00 şi s-a trezit la ora 19:00. In acest timp prietenul ei a făcut floricele. El şi copiii se bucurau de un film şi de floricele când aceasta s-a trezit. Ea a presupus că ei deja au luat cina deoarece aceştia mâncau floricele. De prisos să spunem că nimeni nu i-a mai rugat să facă pe „baby – sitter-ul”. Să ignori detaliile nu este bine întotdeauna dar să repeți neglijențele poate fi periculos dacă viața nu te pedepseşte.

Optimisti

Această combinație de culoare crede ca totul poate fi realizat cu timpul sau cu ajutorul cuiva – poate doar speranța. Sunt visători şi optimişti eterni. Întotdeauna caută linia argintie din nori şi găsesc ceva prețios în milă, în bunătate. „Galbenii” nu intră în depresie cu uşurinţă şi dacă o fac nu-i ține mult. În relația „galben – galben” fiecare îl sprijină pe celălalt cu speranţă şi îmbărbătare.

Curiosi si inchizitori

„Galbenii” îşi pun speranța în ceilalți. Vor să ştie multe lucruri şi de obicei uită un important protocol social atunci când întrebă. Răspunsurile nu sunt atât de importante ca procesul de descoperire al acestora. „Galbenii” găsesc o distracție copioasă în a găsi indicii care să explice comportamentul uman.

Intretinatori de buna-dispozitie (animatori)

„Galbenii” iubesc buna dispoziție şi să fie binedispuşi de alţii. Ei sunt protagonişti. Se surprind unii pe alții cu surprize spontane (bilete de spectacol, week-end-uri retrase, felicitări sau flori). Această combinație este de departe înclinată mai mult să cheltuiască bani şi timp pentru activități în aer liber (excursii şi recreere) decât pe bunuri materiale (daruri costisitoare şi suveniruri pentru casă). Ei trăiesc în prezent şi amândoi apreciază experiențele care le oferă imediată plăcere.

Combinația „galben – galben” se adoră unul pe celălalt. Ei prețuiesc relația lor şi găsesc fiecare spontaneitate şi prosperitate. Le place libertatea pe care o au şi se luptă cu angajamentele şi cu comportamentul responsabil. Cum aceştia trăiesc în prezent au puțin interes pentru regretele de ieri sau pentru grijile de mâine. „Galbenii” gravitează unul în jurul celuilalt şi de multe ori rămân tovarăşi de distracție pe viață. Ei intră şi ies unul în viața celuilalt fără a-şi face griji pentru mult timp. Această combinație iubeşte mai mult viața atunci când o împărtăşeste cu ceilalți. Îşi apreciază unul altuia natura pozitivă şi optimismul. Sunt amuzanți şi îşi acordă o atenție superficială. Intimitate rămâne încă un important aspect în ceea ce priveşte relația „galben – galben”. Ei prețuiesc relațiile lor cu alți oameni şi în mod special se bucură să împărtăşească momente deosebite cu alţi „galbeni”.

Energici şi vorbăreți, „galbenii” se aprind unii pe alţi cu discuții constante şi interacțiuni închizitive. Împărtăşirea acestui stil comportamental face această combinație plăcută de observat. Sunt amuzanți, un cuplu dinamic care presupune o viață bună cu o curiozitate debordantă şi optimism.

Capitolul 13

CONEXIUNEA CURCUBEU: CUM SĂ CONSTRUIM RELAȚII DE SUCCES

Fiecare din noi este răspunzător 100%
de calitatea relațiilor pe care le are.

Nu contează dacă discutăm despre relații personale sau despre afaceri. Daca intrați în legătură cu o anume personalitate, acum aveți o imagine clara a forțelor naturale si limitelor pe care le veți crea şi cărora va trebui sa le faceți față în relațiile voastre.

Întotdeauna le spun oamenilor de afaceri care recrutează personal să aplice Codul Culorii ca să ştie în general la ce se pot aştepta de la relațiile lor. Şi oricine se căsătoreşte sau creşte copii fără să-şi identifice culoarea inimii trebuie că preferă să joace sume mari pe o miză sigură. Ştiind cine eşti şi cu ce personalitate intri în legătură eşti avantajat in realizarea unei legături reuşite.

Întotdeauna meriți ceea ce primeşti când te căsătoreşti sau lucrezi pentru aceeaşi companie mai mult de un an. Directorii mari şi relațiile de afaceri pozitive nu sunt o problemă doar de noroc. Aceştia solicită muncă susținută şi un parteneriat egal pentru a oferi daruri esențiale de personalitate în vederea succesului. Ei caută (chiar daca cel mai adesea inconştient) pe cineva care să-i echilibreze şi să le îndeplinească dorințele. Directorii răi şi relațiile de afaceri proaste nu țin doar de ghinion. Cineva s-a uitat in cealaltă parte mai degrabă decât sa se concentreze aspra adevărului negativ referitor la rațiunea legăturii lor.

Înțelegem că Roşii se bucură de putere. Acceptăm sinceritatea Albaştrilor, atingerea uşoară a Albilor şi carisma Galbenilor. Mai mult, am discutat cum îndrăzneții Roşii interacționează cu şovăielnicii Albi. Acum vedem cum Albaştrii dedicați şi Albii lipsiți de griji lucrează împreună.

Am stabilit că fiecare culoare reprezintă puteri naturale şi limite. Am revizuit tendințele dorite şi nedorite care apar când o persoană de o culoare interacționează cu cineva de altă culoare. Fiecare combinație oferă un amestec unic. De exemplu, doi indivizi Roşii interacționează unul cu celălalt diferit față de un Albastru şi un Roşu. O afacere compusă mai ales din Galbeni şi Albi va evolua diferit de o afacere de Galbeni şi Albaştrii.

Să continuăm să investigăm lumea fascinantă a relațiilor. Există câteva teme generale ce se pot dovedi de folos în înțelegerea dinamicilor specifice ale conexiunilor curcubeu. Aceste înțelegeri vor scuti pe oameni de ore fără număr de suferința sau de pierderi financiare, angajând şi concediind angajați, dacă aceştia înțeleg ce rol joacă conceptele în relațiile lor.

PERSONALITAȚI GRELE versus PERSONALITAȚI UŞOARE

Există asemănări şi diferențe generale pe care ar trebui să le definim înainte de a ne concentra asupra unor combinații specifice. De exemplu, Roşii şi Albaştrii sunt personalități grele, în vreme ce Albii şi Galbenii reflectă categoriile uşoare. Ei îi reprezintă pe vânători si pe cei vânați din natură. Leul o urmăreşte pe antilopă. Lupul pe miel. Exista atac şi apărare în sport. Atacantul îl urmăreşte de mijlocaş în fotbal. La tenis, persoana de la fileu atacă pe cel de pe linia de tuşă. În afaceri, reprezentantul de vânzări îl urmăreşte pe client.

În viață, Roşii şi Albaştrii îşi asumă rolurile de leu şi de lup. Ei sunt atacanții din fotbal si jucătorii de tenis care atacă la fileu. Ei sunt reprezentanții de vânzări. Albii şi Galbenii sunt antilopa

şi mielul. Ei sunt mijlocaşii din fotbal şi jucătorul de la linia de tuşă din tenis. Ei ii reprezintă pe clienți şi pe consumatori. Fiecare rol este nepreţuit.

Nu am avea aşa de mult succes fără ambele tipuri. Fiecare îl presupune pe celălalt. Fiecare are puteri şi limite care le dau posibilitatea să supravieţuiască şi să contribuie. Opusurile într-adevăr se atrag. Fiecare îmbogăţeşte viaţa celuilalt. Fiecare ar fi pierdut fără celălalt. Îşi dau credibilitate unul altuia. Fiecare îi serveşte celuilalt ca rol model in anumite zone de formare a caracterului. Fiecare culoare conferă echilibru în spectrul complet de relaţii.

Intimitatea

Albaştrii si Galbenii sunt orientaţi spre intimitate. Albaştrii şi Galbenii sunt motivaţi de intimitate şi preferă o legătură emoţională pentru a le asigura o legătură puternică cu ceilalţi în viaţă. Sărbătorirea unor ocazii romantice, ţinutul de mână fără un motiv aparent şi reamintirea primelor zile de intimitate în cuplu sunt mai comune la Albaştrii şi Galbeni. Ambele culori doresc să li se spună adesea despre farmecul lor romantic. În afaceri, le place să fie observaţi şi adesea decid dacă să rămână într-o anume slujbă bazată pe o intimitatea împărtăşită la locul de muncă.

Albaştrii şi Galbenii îşi înţeleg nevoile de intimitate la un nivel mult mai subconştient decât realizează ei. De exemplu, unul din motivele majore pentru care Galbenii sunt aşa de demonstrativi este dorinţa lor interioară de a fi atinşi. Mulţi Galbeni nu înţeleg niciodată de ce sunt aşa de fizici, dar, în realitate, se poate să caute ceea ce au nevoie.

Puterea

Roşii şi Albii se bazează pe putere. Roşii şi Albii cheltuiesc multă energie ca să menţină echilibrul puterii în relaţia lor şi în alte situaţii practice. O femeie Albă i-a cerut soţului ei Roşu să-i înapoieze imediat banii pe care i-i împrumutase. I-am sugerat că nu alesese bine momentul. Mi-a spus politicos că trebuia să facă lucrul acela pentru că depăşise scadenta şi, în plus, încerca să înveţe să fie hotărâtă. De fapt, încerca să echilibreze puterea.

Roşii şi Albii doresc convenienţele prieteniei fără frânghiile emoţionale complicate. În subconştient, ei îşi înţeleg stilul unul altuia şi adesea se poziţionează ei înşăşi pentru a menţine controlul relaţiei lor. Roşii sunt mult mai direcţi în urmărirea puterii decât Albii. Albii adesea au o abordare pasiv-agresivă. (comportamentul pasiv-agresiv se referă la acceptarea unui dispreţ fără o reacţie negativă, pentru ca apoi să ajungă să folosească agresiv un set total diferit de circumstanţe.)

Un exemplu de comportament pasiv şi agresiv este cel al mamei care îi spune fiului său că poate ieşi afară să joace fotbal, *dar* nu trebuie să se murdărească. Când fiul se întoarce acasă murdar, îi aruncă veselă hainele în maşina de spălat, neglijează să-i pregătească cina până târziu. Este foarte supărată de comportamentul său, dar decât să-l înfrunte în momentul respectiv, o face mai târziu, cu ocazia unui incident care n-are legătură cu acest fapt.

Stilul de comunicare

Metodele de comunicare diferenţiază stilurile. Roşii şi Galbenii sunt mai înclinaţi să le spună oamenilor lucrurile pe care trebuie să le facă, în vreme ce Albaştrii şi Albii cel mai adesea îi întreabă pe oameni despre părerile lor. Albii si Albaştrii caută sfat, în vreme ce Roşii si Galbenii preferă să dea soluţii. Roşii şi Galbenii tind să-i învinovăţească pe alţii. Albaştrii şi Albii se învinovăţesc pe ei înşişi. Roşii răspund cel mai bine la comunicarea directă, logică. (Fa orice, dar nu plânge!) Albaştrii preferă un feedback mai delicat, mai emoţional. Tind sa fie foarte duri cu ei înşişi prin tendinţa lor perfecţionistă. Feedback-ul negativ oferit în mod emfatic este cel mai eficient la Albaştrii. La Albi nu se poate ţipa. Preferă o sinceritate blândă cu un profil conflictual scăzut. Galbenilor le place un stil familiar (chiar hazliu) când primesc feedback. Apreciază căldura şi reasigurarea.

Parerea buna despre sine

Toate culorile caută mulţumirea de sine şi părerea bună despre sine cu o perspicacitate unică. Părerea bună despre sine a devenit o componentă foarte interesantă de personalitate în acest secol. Părinţii doresc să ştie cum se relaţionează părerea bună despre sine şi productivitatea. Profesorii doresc să înţeleagă cum interacţionează studiul cu încrederea în sine. Una dintre cele mai importante descoperiri în cadrul teoriei culorilor este diferenţa în modul în care fiecare personalitate reflectă părerea bună despre sine.

Roşii şi Galbenii par a fi născuţi cu o mai mare părere de sine decât Albaştrii şi Albii. Copiii Albaştrii si Albi tind să aibă atitudini de auto-apărare. Ei se critică pe ei înşişi şi se simt nepotriviţi. Majoritatea copiilor Roşii si Galbeni tind să se proiecteze pe ei înşişi, să-i critice pe ceilalţi şi să arate deschis o grijă de sine mai pozitiva. Toate personalităţile, oricum, vin cu o grija faţă de sine pozitivă şi unele sentimente negative de nesiguranţă.

Roşii par a fi cei mai siguri pe ei dintre toate culorile şi, totuşi, tind să fie cei mai nesiguri. Poate ei nu sunt la bază mai puţin siguri, dar pentru că se străduiesc să-şi ascundă nesiguranţa, întârzie adesea dezvoltarea caracterului lor, care se poate produce doar expunându-se emoţional (fiind vulnerabili) şi asumându-şi răspunderea pentru nesiguranţa lor. Din păcate, Roşii îşi ascund nesiguranţa aşa de bine încât puţini recunosc că trebuie să crească emoţional. Li se permite adesea să alunece emoţional, pentru că sunt aşa de încăpăţânaţi. Majoritatea oamenilor sunt doritori să investească energia necesară pentru a le face faţă. Roşii abia aşteaptă să se arunce de pe cea mai înaltă platformă şi să urce cel mai dificil munte pentru aşi menţine imaginea competentă şi sigură.

Galbenii reuşesc adesea să menţină un snobism social superficial, protejându-se astfel de expunerea reală, intimă a nesiguranţei lor. E mai puţin probabil ca Albii şi Albaştrii să facă efortul de a-şi ascunde incertitudinile.

În consecinţă, când ne uităm la încrederea de sine, presupunem că Roşii şi Galbenii par mai puternici decât Albaştrii şi Albii. Poate că Roşii şi Galbenii menţin imagini puternice de sine deoarece societatea (mai ales părinţii şi profesorii) percep comportamentul iniţial al Roşilor ş Galbenii ca fiind puternic şi îi tratează ca atare. Ca rezultat, Roşii şi Galbenii dezvoltă teoretic o grijă şi mai mare de sine. Albaştrii şi Albii îşi arată în mod deschis incertitudinile şi societatea le răspunde adesea într-o manieră protectoare, prevenitoare sau binevoitoare. Acest fapt încurajează un model pe viaţă de umilire de sine şi /sau martiraj.

Din păcate, Roşii si Galbenii adesea cad pradă „unui sindrom de mulţumire de sine". Poate se simt aşa se bine în legătură cu ei înşişi, încât alunecă prin viaţă mai degrabă decât să se lupte să câştige mai mult respect de sine. Acest respect de sine vine doar din confruntarea unor neadecvări personale şi din decizia de a avea o contribuţie în viaţa celorlalţi. Pe de altă parte, Albaştrii şi Albii pot dezvolta o mai profundă grijă de sine mai târziu în viaţă deoarece ei îşi recunosc şi acceptă propriile deficienţe şi fac efortul necesar pentru a se simţi bine în legătură cu ei înşişi. Din păcate, unii se simt copleşiţi de sentimentele proprii de neadecvare şi trăiesc întreaga lor viaţă cu teamă şi complexe de vinovăţie.

Toate personalităţile îşi găsesc părerea bună despre sine numai după o analiză cinstită de sine, urmată de un angajament de iubire pentru a promova binele lor şi al celorlalţi. Părerea bună despre sine se câştigă pas cu pas şi adesea dureros, riscând expunerea în faţa celorlalţi. Mulţi indivizi sunt doritori să aibă relaţii superficiale pentru a evita să-şi arate trăsăturile negative de personalitate şi/sau defectele de caracter. Oamenii cu caracter dau o valoare destul de mare părerii bune despre sine pentru a continua să o pună la bătaie de-a lungul diferitelor etape ale vieţii.

Roşii şi Galbenii sunt energici şi se concentrează direct pe lucrurile practice şi pe îndatoriri. (Amintiți-vă, pentru Galbeni *îndatorire* înseamnă adesea *joacă.)* Albaştrii şi Albii tind să creadă în termeni de trecut şi viitor, în vreme ce Roşii şi Galbenii se preocupă mai mult de prezent. Albaştrii şi Albii sunt visătorii cu ochi deschişi şi sunt adesea preocupați.

Trebuie să permitem Roşilor şi Galbenilor orientarea lor spre îndatoriri. Albaştrii şi Albii au nevoie de timp pentru creativitate sau reflecție liniştită. Îmbogățim relațiile când încurajăm oportunitățile pentru ca indivizii unei relații să-şi urmeze propriul stil de viață. Ar putea fi mai distructiv decât productiv să ceri ca un Galben să reflecteze în linişte prea mult dacă individul nu este pregătit pentru o astfel de experiență.

Educatorii (de obicei Albaştrii) pot să-şi obstrucționeze studenții Roşii dacă refuză să le dea sarcini de conducere. Majoritatea Albaştrilor se vor simți frustrați dacă nu li se lasă tipul necesar pentru a medita şi a plănui înainte de a acționa sau de a lua o decizie. Albii de obicei se încăpățânează şi tac când li se ordonă să se mişte mai repede sau să acționeze agresiv în legătură cu un proiect. Fiecare culoare răspunde foarte eficient când i se permite, pe bună dreptate, să-şi folosească stilul preferat.

Stilul terapeutic de interventie

Fiecare psihoterapeut are oportunitatea să slujească în rolul de ”agent de schimb”. Pentru a fi eficient, aprobarea trebuie să se potrivească cu nevoile speciale ale pacientului. Există o corelație între personalitatea pacientului şi stilul intervenției. Roşii şi Albii sunt inițial mai receptivi la procesul de schimbare. Rezistența este mai puțin directă şi dură la Albaştrii decât la Roşii. Intensitatea rezistenței este, oricum, aproape egală. Pe de altă parte, este mult mai probabil ca Galbenii să afirme că sunt mai receptivi la schimbare decât sunt Albii. Oricum, ambele categorii par a fi în general receptive şi doritoare să adopte stilurile lor de viață.

Tocmai opusul este adevărat în legătură cu aceste personalități când vine vorba să urmeze şi să definitiveze procesul de schimbare. Este mult mai probabil ca Roşii şi Albaştrii să se dedice cu succes procesului de schimbare de îndată ce rezistența lor este înlăturată. Galbenii şi Albii sunt mult mai înclinați să alunece înapoi în vechile tipare de comportament sau să se simtă nemotivați să încheie procesul de schimbare.

Terapeutic, Albaştrii şi Roşii cer răspunsuri. Solicită metode specifice, soluții şi o direcție de urmat de îndată ce se decid să se schimbe. Ei cer terapie comportamentală ce se concentrează pe diferite teme de rezolvat acasă şi aşteptări. Cel mai frustrant aspect al terapiei pentru ei este conştientizarea că terapeutul nu va concepe şi nu poate concepe pentru ei un proces comportamental specific cu succes pe termen lung. Ei au mai mult nevoie de o ajustare atitudinală.

Terapia atitudinală îi forțează să-şi analizeze motivele şi să-şi curățească percepțiile nesănătoase. Roşii suferă cel mai adesea de mesaje emoționale incoerente cum ar fi incertitudini ascunse, blocarea comunicării, sau straturi şi ani de furie negată. Albaştrii suferă cel mai adesea de gândire irațională. Cel mai adesea s-au sprijinit aşa de mult pe “muşchii lor emoționali”, încât abilitatea lor de a gândi rațional este serios afectată. Acest proces de reajustare atitudinală ia mai mult timp şi necesită mai multă răbdare decât procesul comportamental. În consecință, Roşii şi Albaştrii sunt adesea frustrați din cauza psihoterapiei.

În consecință, abordarea terapeutică pentru Albi şi Galbeni este mai directă şi mai comportamentală. Este tipul de terapie pe care Roşii si Albaştrii o preferă. În general, Galbenii şi Albii au atitudini pozitive şi receptive, dar disciplina şi motivația lor lasă mult de dorit. Ei solicită sprijin permanent cu tehnici noi pentru a aborda eficient viața. Este provocator în mod special să lucrezi cu un cuplu care necesită diferite abordări (ex., un cuplu Galben - Roşu). Roşul pretinde

adesea că terapeutul îl atacă pe el sau o atacă pe ea prea mult în timpul şedinţei. Galbenul se plânge că el sau ea are mai multe teme decât Roşul după încheierea şedinţei.

Galbenii şi Albii au nevoie să se vadă pe ei înşişi îndeplinind scopuri şi disciplinindu-se ei înşişi foarte mult pe o lungă perioadă de timp pentru a creşte părerea lor bună despre sine şi pentru a dezvolta stiluri de viaţă sănătoase. Dându-i unui Roşu sau unui Albastru mai multe hobiuri sau îndatoriri nu-i va creşte cu mult părerea bună despre sine. Ei sunt deja îndemnaţi să realizeze şi să producă, şi probabil nu simt că ceea ce fac este destul de bun. Trebuie să conştientizeze mai mult sentimentele şi gândurile de auto-flagerare (Albastrul) sau de aroganţă (Roşul) pentru a fi mai uşor acceptaţi de ei înşişi şi de ceilalţi.

În concluzie, Roşii şi Albaştrii vor acţiune directă şi modificare de comportament. Cel mai adesea obţin o ajustare atitudinală ce necesită mult timp şi cu care trebuie să se lupte. Galbenii şi Albii vor o abordare atitudinală relaxată. Ei obţin un proces direct, ce necesită implicare şi modificare a comportamentului şi acesta li se pare chinuitor. De îndată ce acceptă o filozofie tip "nici durere, nici câştig", îşi pot modifica comportamentul.

Albaştrii şi Albii sunt mai puţin comunicativi, în vreme ce Roşii şi Galbenii împărtăşesc în general abilităţi deosebite de comunicare. (Tipul puternic, tăcut este Albul.) Roşii şi Galbenii tind şi ei să gândească foarte rapid de unii singuri, în vreme ce Albaştrii şi Albii petrec mult timp certându-se pe ei înşişi pentru că n-au găsit cea mai bună replică la momentul conversaţiei. Spiritul lor creativ face să găsească adesea cele mai bune replici. Din păcate, gândul a venit cu două zile întârziere.

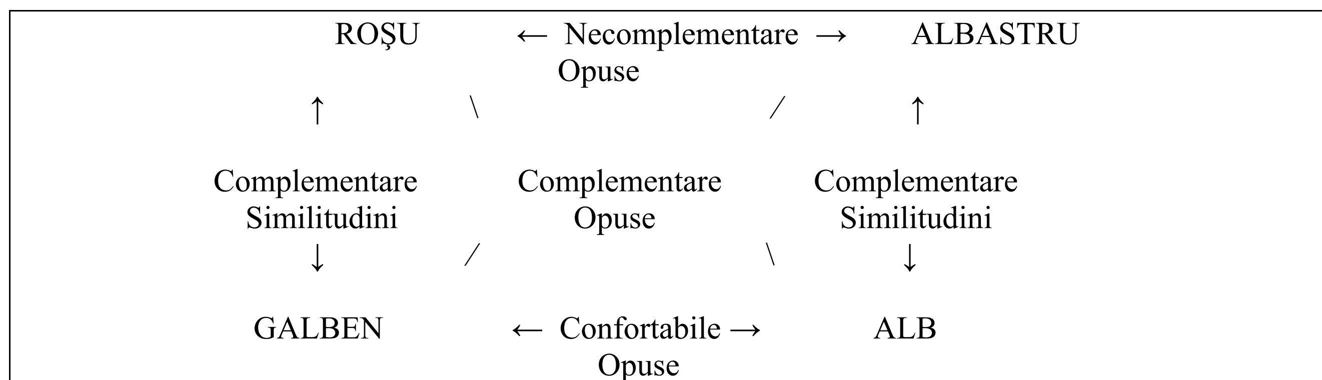
S-a sugerat că *o viaţă necercetată nu merită trăită.* Dacă ne cunoaştem pe noi înşine, dă călătoriei noastre prin viaţă mult mai mult sens pentru noi şi pentru ceilalţi. În acelaşi timp ne cresc oportunităţile de a schimba acele limitări ce inhibă abilitatea noastră de a contribui. Ne cresc oportunităţile de a dezvolta puteri care ne definesc unicitatea în modul în care şi cu ce contribuim. Cu noroc, veţi fi receptivi în a învăţa despre voi înşivă şi în a înţelege cele din jur pe măsură ce ne uităm la combinaţiile specifice de culori.

ESTE IMPORTANT SĂ ÎNŢELEGEM TOATE PERSONALITĂŢILE PENTRU A APRECIA MODUL ÎN CARE NOI ŞI CEILALŢI VEDEM LUMEA.

Nimic din natură nu funcţionează bine în vid. Fiecare personalitate se bazează pe celelalte pentru a experimenta pe deplin culoarea sa adevărată. Învăţaţi despre personalităţi fără să le judecaţi. Încercaţi să apreciaţi puterile unice şi limitele la ceilalţi. Întăriţi-vă limitele inerente pentru a vă înţelege mai bine cu ceilalţi. Limitele pot deveni puteri. Luptaţi să recunoaşteţi legătura naturală sau rezistenta pe care diferitele personalităţi o experimentează. Potrivit rugăciunii Sf.-lui Francisco d'Assisi, "recunosc că (noi) nu căutăm atât de mult să fim înţeleşi, cât să înţelegem."

Următoarea diagramă ilustrează similitudinile şi diferenţele dintre personalităţi din tot spectrul de culori.

CONEXIUNILE ÎNTRE PERSONALITĂŢI



Să explicăm această diagramă. Prin definiție, *complementar* sugerează un adaos în scopul de a” adăuga cu scopul de a sau “furnizând ceea ce lipseşte”. Prin definiția literală, deci, fiecare culoare este complementară fiecării alte culori cu puterile ei înnăscute. Oricum, această diagramă prezintă o definiție mai permisivă pentru a ne ajuta să înțelegem realitățile combinațiilor de culori, mai degrabă decât o simplă teorie.

Unele culori seamănă mai mult cu altele. Roşii şi Galbenii împărtăşesc abilități comunicative foarte bune, insensibilitate şi orientarea spre acțuni pozitive. Albaştrii şi Albii sunt asemănători în ceea ce priveşte preferința lor de a nu vorbi, sensibilitatea şi dorința de a avea grijă de ceilalți. Când personalitatea unui individ este o combinație de Roşu -Galben sau Albastru-Alb, combinația li se pare foarte confortabilă.

Unele culori sunt opuse, dar apelează unele la altele pentru sentimentul de împlinire şi pentru că le face să se simtă întregi. Roşilor şi Albilor le place orientarea practică a relațiilor şi se bazează pe fapte şi bun simt pentru aş lumina calea. Ei împărtăşesc percepții asemănătoare referitoare la putere, entuziasm şi poziția de leader. Albaştrii şi Galbenii caută reciproc intimitatea, romantismul şi fantezia. Ambele seturi de culori oferă un echilibru natural prin ele însele. În consecință, Roşii-Albii şi Albaştrii-Galbenii sunt cei mai înclinați să se afle în relații devotate unul cu celălalt. Oricum, când *un* individ are unul din aceste combinații în sine, acesta găseşte o crăpătură permanentă pe care să se focalizeze şi trebuie să se dedice motivului dominant pentru a găsi armonie în atitudinile şi comportamentul său.

Unele culori nu găsesc o combinație natural complementară şi/sau confortabilă din naştere. Combinațiile Roşu-Albastru şi Alb-Galben se află în această categorie. Roşii şi Albaştrii experimentează în general cel mai mare conflict deoarece (1) pentru că sunt personalități puternice şi (2) impulsurile lor înnăscute, una pentru putere, una pentru intimitate, oferă un amestec ciudat. Oamenii cu personalitate Roşie-Albastră experimentează aceeaşi ciudătenie în ei înşişi după cum doi indivizi cu personalități Roşie şi Albastră simt în relația lor. Trebuie să muncească mai mult asupra propriului caracter pentru a facilita puterea potențială a acestei conexiuni necomplementare.

Combinațiile Alb-Galben nu se completează una pe cealaltă. Fiecare este leneş şi este puțin probabil să se angajeze în afaceri sau să se căsătorească, deoarece fără o dezvoltare mai amplă a caracterului, le lipseşte la amândouă puterea de a avea succes într-o relație asumată. Deşi combinațiile Roşu-Albastru sunt neconfortabile, este mult mai probabil să se conecteze decât Albii şi Galbenii. Oricum, un individ cu amestecul Alb-Galben se bucură de abilități cu oamenii foarte bune şi rar simte un conflict interior puternic, deoarece fiecare personalitate este din naştere blândă.

Filmul clasic *Pe aripile vântului*, realizat după convingătorul roman, câştigător al Premiului Pulitzer, ne oferă o prezentare vie a culorilor în relații. Personajele principale reprezintă diferite personaje şi ne oferă un portret vizual al modului cum culorile interacționează.

Scarlett O'Hara era un roşu. Influențată de putere şi de voința puternică de a avea dreptate, şi-a orchestrat minunat supraviețuirea în timpul Războiului Civil. Marea ei iubire a fost Rhett Butler, al cărui stil de viață charimatic şi flamboaiant ilustra personalitatea Galben. Atracția lui pentru Scarlett a fost în cele din urmă condamnată, pentru că ea nu a putut niciodată oferi legătura emoțională pe care şi-o dorea el.

Ashley întruchipa loialitatea şi moralitatea înaltă a albastrului. El a respins permanent avansurile romantice ale lui Scarlett, în ciuda atracției pe care o simțea pentru ea, deoarece el i-a simțit incertitudinile emoționale şi că ea ar fi fost nepotrivită pentru nevoia lui de intimitate curată.

Melanie, pe de altă parte, oferea pace şi sprijin celor trei personaje. Ea reprezenta culoarea alb. Niciodată nu l-a suspectat pe Ashley sau pe Scarlett de nimic, considerând că avea un comportament moral şi adecvat. Ea a apărat-o pe Scarlett în fața duşmanilor ei. L-a primit cu căldură pe Rhett in familie. L-a iubit pe Ashley până la ultima suflare. Este interesant că Rhett şi Ashley (Galben şi Albastru) erau chiar compatibili, în ciuda trecutului lor diferit.

Fiecare personaj întruchipează esența personalităților în cadrul unor relații. Culorile lor defineau preferințele, limitele si motivațiile lor. Relațiile lor erau decise chiar înainte de a se fi întâlnit.

Acum să ne uităm la anumite relații. Următoarele comparații oferă un ghid rapid pentru modul în care diferitele personalități interacționează în formele lor cele mai neşlefuite şi mai naturale. Dacă aveți o personalitate dezvoltată, puteți descoperi că unele din afirmații nu mai reflectă în totalitate stilul vostru curent. Observați doar cum dezvoltarea caracterului vostru a înlocuit limitele personalității şi a adăugat noi dimensiuni vieții voastre. Cu rare excepții, *motivele, nevoile, şi dorințele* rămân la locul lor. Ceea ce încercați aici este să identificați cum voi (şi cei la care țineți) sunteți *motivați* şi ce stil ar trebui să alegeți în interacțiunea cu ceilalți.

Acesta este şansa voastră de a vă vedea pe voi înşivă şi modul în care relațiile voastre se leagă. Analizează motivele, nevoile, dorințele şi comportamentele şi determinați-vă propria compatibilitate.

Curcubeu

Căutați diferitele combinații pe care le întâlniți în viață. Întrebați-vă de ce căutați anume combinații. Gândiți-vă cum combinațiile de culori ale părinților voştri şi ale voastre v-au afectat viețile. Reflectați asupra relației dintre angajatorii (angajații voştri) şi voi înşivă. Încercați să înțelegeți cum personalitatea voastră influențează şi este influențată de alții. Cum vă afectează diferitele combinații? Care combinație se simte cel mai bine cu voi? De ce răspundeți la anumite culori mai mult decât la altele? De ce este o casă curată aşa de importantă pentru un individ şi aşa de neînsemnată pentru altul? Termenul de scandalagiu chiar înseamnă pentru voi lucrurile îngrozitoare pe care el sau ea le spune? Cum acceptăm sau redirecționăm lenea la alții, de ce mă apropii de oameni care cheltuiesc bani din abundență, în vreme ce eu economisesc tot ce câştig?

Gândiți-vă la minunatele posibilități pe care le aveți pornind de la aceste reflecții în viața voastră. Dacă alegeți un candidat pentru o slujbă sau încercați să înțelegeți ceva din relația părinte-copil, conexiunea curcubeu este de neprețuit. Determinând adâncimea caracterului cuiva este un lucru important pentru a-i înțelege pe oameni ca indivizi unici. Oricum, putem să fim siguri că toți oamenii acționează cel mai bine în cadrul personalității sale. De aceea, în ciuda limitelor evidente, fiecare culoare le are, putem în general să avem încredere că ne vom purta, cel puțin într-o anume măsură, într-o manieră consecventă cu grupa noastră de personalitate şi culoare definită.

Fiecare combinație de personalitate aduce cu sine un set unic de puteri şi limite. Caracterul dezvoltat şi o înțelegere a personalităților înnăscute ne permite să facem față nevoilor specifice ale fiecărei combinații specifice, fie că este în rolul de prieten, iubit, părinte, angajator sau copil. A învăța să facilitezi relațiile fără a aduce vreo vătămare integrității noastre este esențial pentru succesul nostru în viață.

Capitolul 14

CARACTERUL: CUM SA DEVII CULOAREA TA PREFERATA

Daca vrei sa devii tot ceea ce poti fi, ca un atlet bine antrenat,
ar trebui sa alegi sa parcurgi tot procesul, nu doar partile care-ti convin.
Sa devii desavarsit inseamna sa fii un om cu caracter.

Cea mai buna culoare a ta incepe sa se contureze in momentul cand identifici personalitatea ta innascuta, cand clarifici rolurile oferite de combinatia culorilor in relatii. Este ca si cum ai ajunge la aeroport si ai identifica usa care duce la bordul avionului, te-ai urca in acesta si ai zbura. Pentru ce altceva ai venit la aeroport, decat sa-ti continui calatoria pana la capat?

Totusi, oricat de originala ar parea metafora cu aeroportul, pentru oameni este un lucru obisnuit sa aiba experiente putine si sa nu se implice in viata. Unii nu ajung niciodata la o autoconstientizare exacta. Altii, se inteleg pe ei insisi, dar niciodata nu folosesc constientizarea in afaceri sau relatii personale. Inca o mare parte dintre oameni esueaza foarte des in procesul de a deveni o PERSOANA MATURA, de a trai cu adevarat.

CODUL CULORILOR ofera o structura foarte clara, astfel incat oricine sa-si poata identifica corect culoarea, pentru a putea sa dezvolte relatii de succes, pentru a putea deveni o persoana legitima, o persoana care traieste. Tot ce trebuie sa faca persoana respectiva este sa inceapa acest proces, insa responsabilitatea ii revine suta la suta. Daca vrea sa devina tot ceea ce poate fi ca un atlet victorios, trebuie sa aleaga sa parcurga tot procesul, nu doar pasii care-i plac. A fi cel mai bun inseamna a fi om cu caracter. Aceasta mai inseamna ca o persoana sa-si dezvolte calitatile de care niciodata nu a fost constient, acceptand durerea - adica riscul, renuntarea la confort.

Oamenii se comporta in functie de 4 modele fundamentale. Ei pot fi in una din categoriile de mai jos:

- Oameni cu caracter
- Oameni sanatosi
- Oameni bolnavi / nesanatosi
- Oameni bolnav psihic

Primul model -*oameni cu caracter*- se refera la oamenii care se identifica, se valorifica, se dezvolta si imbratiseaza calitatile exterioare propriei culori innascute.

Al doilea model -*oamenii sanatosi*- descrie oamenii care valorifica calitatile pozitive ale propriei lor personalitati.

Al treilea model -*oamenii bolnavi*- defineste pe acei oameni care-si traiesc viata la limitele negative, aceasta inclinatie este innascuta.

Al patrulea model -*oamenii bolnavi psihic*- se refera la oamenii care imbratiseaza limitele negative care nu sunt innascute, insa s-au dezvoltat pe parcursul vietii.

Miezul matricei innascute nu va putea fi schimbat niciodata, insa oamenii au sansa sa-si dezvolte unele calitati din alte culori pe masura ce ei se elibereaza de propriile limite innascute.
Stand pur si simplu cu propria personalitate nu este suficient. Construirea caracterului este unica modalitate de a depasi limitele innascute deja existente in personalitate sau limitele invatate din unele experiente de viata traumatizante sau in cadrul unor relatii non-functionale.

Putem explica personalitatea ca fiind innascuta, insa caracterul poate fi definit si mai simplu. Intelegerea noastra despre caracter incepe cu o definitie exacta.

Personalitatea este un dar.
Caracterul este o victorie!

In general, toti indivizii se nasc cu calitati si cu slabiciuni.

PRINCIPALELE 7 CALITATI COMUNE A FIECAREI CULORI:

ROSU	ALBASTRU	ALB	GALBEN
Orientat spre sarcina	Loial oamenilor	Tolerant	Pozitiv
De incredere	De incredere	Rabdator	Iertator
Contemplativ (nerealist)	Productiv (orientat catre calitate)	Cooperant	Prietenos
Logic	Sincer	Intelegator	Optimist
Lider	Cinstit	Obiectiv	Increzator
Focalizat (putere de concentrare)	Hotarat	Echilibrat	Aprobator
Responsabil	Moral	Un bun ascultator	Deschis

PRINCIPALELE 7 DEFECTE COMUNE A FIECAREI CULORI:

ROSU	ALBASTRU	ALB	GALBEN
Mandru (arogant)	Are intotdeauna dreptate	Timid	De neincredre
Insensibil	Inclinat spre invinovatire	Incapatant si tacut	Superficial
Prost ascultator	Usor depresiv	Necinstit emotional	Suparator
Lipsit de tact	Autoritar	Lenes	Iresponsabil
Rebel	Neiertator	Neimplicat	Rebel
Ii critica pe altii	Suspicios	Dependent	Egocentric (centrat pe sine)
Nerabdator	Irational	Nedirectionat	Permisiv

Defectele de personalitate pot inhiba dezvoltarea altor caractere. Urmatoarea lista descrie modalitatile comune si specifice in care fiecare personalitate inhiba dezvoltarea caracterului altora.

COMPORTAMENTE INHIBATOARE

ROSU

1. Are tendinta sa devina tiran si inflexibil (care limiteaza impartasirea sentimentelor profunde si/sau a intelegerii conversatiei)
2. De obicei exagereaza nevoile personale (care de obicei creeaza lupte inutile pentru putere)
3. Cunoscut ca facand remarci sarcastice si neplacute in vederea pastrarii controlului (care-i conduce pe ceilalti din jur la o pozitie defensiva)
4. De regula sunt prea orintati spre sarcina. Ei uita spiritul de viata si raman ancorati in orientarea lor catre viata. (daca as sugera unui pacient de ROSU sa cumpere flori sotiei sale, el poate va face asa, insa foarte rar pentru bucuria in sine – el indeplneste sarcina data mai degraba decat sa simta spiritual procesul de daruire)
5. Adesea judeca slabiciunile altora (ceea ce ii va face pe ceilalti sa-si ascunda nesigurantele de frica unei respingeri sau a ridicularizarii). Nu pun in evidenta potentialul creativ bun al celorlalti.
6. Tind sa deteste sa fie intrebati si au nevoie sa aiba intotdeauna dreptate. (de obicei ceilalti invata sa minta sau pretind ca sunt de acord cu un ROSU in fata si il iau in ras pe la spate).
7. Adesea nu-i apreciaza pe altii. Ei nu fac complimente gratuite, ceea ce ii frustreaza pe ceilalti care le cersesc aprobarea si/sau acceptarea. Aceasta, deasemenea, se intoarce impotriva celor de ROSU, care se bucura in sinea lor, dar rareori se intampla astfel deoarece nu ei au generat-o.

ALBASTRU

1. Tind sa ia lucrurile prea personal (ceea ce adesea ii face pe altii sa minta pentru a-i proteja pe nesigurii si foarte sensibilii ALBASTRI).
2. Adesea au prea multe asteptari nerealiste (ceea ce ii face pe altii sa se simta necorespunzatori, inutili sau neimplicati)
3. De obicei se plaseaza pe ei insisi pe ultimul loc in lista prioritatilor lor, prezentand un prost exemplu de respect de sine.
4. Adesea sunt prea critici cu altii care aleg sa-si traiasca viata intr-un stil mai relaxat sau agresiv (ceea ce ii face pe altii sa se simta incapabili sa-i multumeasca)
5. Tind sa fie prea pretentiosi fata de manierele celorlati (ceea ce ii face pe altii sa se impotriveasca fata de maniere in general)

ALB

1. Pot fi foarte usor coplesiti de viata (ceea ce ii face pe altii sa le fie mila de ALBI)
2. Poate sa le fie frica sa se exprime in mod cinstit (ceea ce ii face pe altii sa-si piarda respectul fata de ei)
3. Adesea sunt prea timizi sa ia o pozitie (ceea ce ii face pe altii sa simta intotdeauna nevoia de ai proteja)
4. Tind sa fie prea nesiguri in a-si stabili tintele si sa le urmareasca (ceea ce ii face pe altii sa deteste sa fie tinuti pe loc de lipsa lor de initiativa si cooperare in realizarea efortului comun)
5. Poate fi prea independent pentru a promova munca in echipa.
6. Adesea sunt prea tacuti incapatanati (ceea ce ii infurie pe altii si adesea ii face pe altii sa ignore ALBII si sa mearga pe propria lor cale).
7. Par sa fie foarte neajutorati si inadaptati (ceea ce ii face pe altii sa vrea sa ii salveze)

GALBEN

1. Pot parea nestatornici si nedemni de incredere (ceea ce ii face pe oameni sa simta ca GALBENILOR nu le pasa de ei sau de orice)
2. Pot parea neseriosi si fac comentarii nepoliticoase (care ranesc sentimentele si/sau ii face pe altii sa nu-i ia in serios)
3. Adesea par prea iresponsabili in munca (ceea ce ii face pe altii sa nu aiba incredere ca vor indeplini munca respectiva)
4. Pot fi ostili in a invata multe din activitatile necesare in viata (ceea ce ii face pe altii sa-si piarda respectul pentru ei sau sa devina prea protectivi)
5. Cateodata refuza sa accepte roluri de conducere in mod responsabil (ceea ce ii face pe ceilalti sa preia mai mult decat este necesare din sarcinile de lucru)
6. Pot fi necinstiti emotional in vederea evitarii conflictelor (ceea ce ii face pe altii sa creada lucruri care nu se intampla in realitate si/sau tine relatiile intime la nivel superficial)

Putem vedea cu usurinta valoarea construirii caracterului nostru. Acum putem alege procesul prin care putem construi un caracter sanatos care ne va permite sa ne echilibram si sa experimentam marele inteles al vietii oferit acelora dintre noi care sunt gata sa faca sacrificiile necesare.

Cum sa-ti construiesti caracterul

Predominant este CARACTERUL, nu personalitatea, el este cel din urma care determina calitatea vietii. Caracterul este in esenta, tot ce invatam sa gandim, sa simtim, sau sa facem ceea ce este initial impotriva firii si ce necesita un efort de transformare. Caracterul este reflectat in schimbarile pe care le facem in valorile si credintele noastre de-a lungul vietii.

*Daca **liberul arbitru** nu ar fi chiar in miezul existentei noastre umane,*
am fi prinsi in capcana limitelor personalitatii noastre innascute.

Exista cateva componente esentiale pentru transformarea caracterului:

Liberul arbitru

Transformarea caracterului nostru este o modalitate de a ne echilibra personalitatea. Daca nu ne-am construi caracterul am ramane limitati si neimpliniti. Transformarea caracterului nostru ne permite sa ne bucuram din plin de o viata emotionanta si productiva.

Caracterul este de obicei mai bine modelat intr-o atmosfera de liber arbitru, care sta la baza fiecarui program de constructie a unui caracter puternic. In situatia in care persoana careia i se modeleaza caracterul este fortata sa faca ceva ce nu doreste va ajunge in cele mai multe cazuri sa urasca lucrul pe care a trebuit sa-l faca cu forta, pe ea insasi si/sau persoana care a supus-o acestui proces. Deci, un caracter sanatos este reflectat de dedicarea consecventa catre principii de viata pozitive.

Selectarea influentelor pozitive in viata noastra

Ni se spune adesea ca cea mai buna predica pe care o tinem este influentata de viata pe care o ducem. La baza caracterului stau primele exemple avute in viata (parinti, frati, rude, etc). Mai tarziu putem sa ne alegem singuri prietenii si deci influentele vor fi in conformitate cu caracterele acestora.

Identificarea principiilor pozitive de viata

Principiile de viata sunt acele principii pozitive comune tuturor. Ele includ cunostintele:

- Fiecare persoana poate oferi puncte tari unice unei relatii
- Indivizii care isi impartasesc secretele nu vor mai simti nevoia sa se lupte pentru putere cu ceilalti
- Indivizii care se plac pe ei insisi, le va fi mult mai usor sa placa si sa accepte pe altii decat cei neadaptati.
- Cand cheltuim energie pentru a-i injosi pe altii si a le bloca dezvoltarea, ne limitam propria noastra crestere.

Principiile de viata ne intensifica culoarea si ne ofera o idee de cum ceilalti percep lucrurile. Tocmai aceste principii ne vor ajuta sa depasim limitele de personalitate mostenite prin dezvoltarea, la inceput neplacuta, dar pozitiva, atitudinilor si comportamentelor bazate pe pricipiile care se aplica in mod egal tuturor oamenilor.

Pentru a ne construi caracterul, trebuie sa identificam si sa ne angajam acelor principii de viata care vor maximiza calitatile culorii noastre si minimaliza limitele. Construirea caracterului cere angajament din punct de vedere atitudinal si comportamental. Pentru a fi eficient, constructia caracterului trebuie sa fie specifica si personala.

Procesul de constructie al caracterului ne cere sa identificam principiile sanatoase ale vietii; sa le acceptam in vietile noastre; sa ne angajam sa traim conform lor; si sa le impartasim cu ceilalti. Trebuie sa ne intrebam continuu pe cine cautam ca model de viata si cine ar putea sa ne caute pe noi ca model. Principiile cheie ale vietii includ:

Principiul 1

Adevarurile personale trebuie identificate, urmarite, imbinate cu adevarurile universale daca vrem sa avem o viata echibrata.

Adevarurile personale difera de cele universale in esenta lor. Adevarurile personale pot include cariera, prieteni, hobiuri, timpul de odihna necesar. Adevarurile personale sunt acele unice si sanatoase stiluri de viata preferate, fara sa tinem cont de culoarea personala. Adevarurile personale sugereaza ca o ocupatie nu e neaparat mai buna ca alta atata timp cat amandoua aduc un serviciu cinstit societatii. Oamenii cu caracter inteleg conceptul. Cei ce au la baza doar personalitatea innascuta nu vor intelege conceptul. Ne dezvoltam caracterul cand identificam si acceptam adevarurile universale. De asemenea vom imbunatati relatiile umane efective cand ii vom intelege si acepta pe ceilalti in lumina adevarurilor lor personale.

Adevarurile personale sunt in directa legatura cu propriile noastre preferintele, nu se aplica in mod obligatoriu umanitatii in general. Numai noi stim ce este adevarat pentru noi. Am putea pastra o lista cu primele 10 ADEVARURI din viata noastra. Lista construita conform nevoilor si valorilor personale specifice (“VREAU” mai degraba decat “TREBUIE” si “AR TREBUI”).

Toti ne dorim sa fim iubiti si apreciati de ceilalti. Un om de caracter cauta o legatura sanatoasa intre valorile personale si cele universale. Echilibrarea zilnica a angajamentului personal cu cel universal ramane cel mai provocator si creativ act pe care-l incercam fiecare dintre noi. Pentru echilibrare trebuie sa cautam ajutorul in interiorul nostru si la cei din jur. Suntem sfatuiti sa ne ascultam glasul interior, simturile., sau sfaturile celorlalti care au mai multa experienta de viata decat noi.

Rationamentul nesanatos al altora vine din propria neadaptare.

Principiul 2

Oamenii de caracter isi asuma responsabilitatea propriilor lor atitudini si comportamente.

Accentuarea pentru oamenii de caracter consta in cuvantul de actiune “A LUA”, “A ASUMA”. Ei isi asuma responsabilitatea, in timp ce altii o accepta in mod pasiv sau o neaga. Trebuie sa fim precauti sa nu folosim niciodata eticheta culorii personale ca o modalitate de scuza personala, de a judeca pe altii, de a limita sau intinde capcane altora ci mai degraba pentru a intelege si accepta diferentele si asemanarile de baza dintre noi toti.

Principiul 3

Trebuie sa ne fortam si sa riscam disconfortul personal pentru a face atitudinile si comportamentele straine sa devina naturale.

Oamenii de caracter invita riscul in viata lor, vor sa experimenteze schimbarea. Respectul de sine este sporit pe masura ce fac fata disconforturilor vietii cu scopuri sincere si motive clare. Nu asteapta pasiv ca viata sa le testeze puterile. Ei cauta oportunitatile si pun mai presus de multumirea de sine (vanitate) in viata zilnica, integritatea personala. Sunt profund angajati sa se automodeleze netinand cont de inconveniente sau disconfort.

Principiul 4

Oamenii de caracter se iubesc intens pe ei si pe ceilalti.

A fi parinte inseamna o angajare pentru exprimarea dragostei zilnic si a fi un model de calitate pentru copii.

Putem limita viata celor pe care-i iubim cand astepam de la ei sa ne iubeasca asa cum suntem. Limitam dezvoltarea caracterului celor pe care-i iubim cand le spunem cum trebuie sa fie si sa se poarte, pentru ca nu avem incredere in ei ca vor lua deciziile corecte. Unii soti si sotii vor sa se schimbe reciproc. Unii angajatori sunt cainosi cu angajatii. Unii parinti isi supraprotejeaza copiii pentru ca nu au invatat sa se increada fie in ei insisi, fie in copiii lor. Putem restrictiona si monitoriza vietile celor fata de care ne simtim responsabili. Aceasta nu este dragoste.

Dragostea inseamna acceptarea si incurajarea celorlalti. Prea multi dintre noi gandim ca suntem in mod special niste iubitori minunati, deoarece ii iubim pe ceilalti in maniera in care vrem sa fim noi iubiti. ***Dragostea neconditionata este intotdeauna exprimata in limbajul celui care primeste, nu a celui care transmite.*** Dragostea noastra este de cel mai mare ajutor cand ii acceptam si incurajam pe ceilalti asa cum au ei nevoie sa fie acceptati si incurajati. Este necesar ca noi sa recunoastem importanta acceptarii fiecarui individ asa cum el sau ea este.

Noi nu ne alegem personalitatile. Ne nastem cu ele. Fiecare dintre noi ne straduim sa ne identificam, itelegem, acceptam pe noi insine. Probabil, cele mai valoroase daruri pe care le putem oferi prietenilor, copiilor sau colaboratorilor nostri sunt acceptarea, aprobarea, aprecierea unicitatii lor. Ii putem ajuta de asemenea avand rabdare cu ei la trecerea lor prin dificila incercare de constructie a personalitatii.

Orice discutie despre acceptare, aduce imediat in discutie problema respectului de sine. Cat de bine cineva se accepta si se apreciaza pe sine, are legatura directa cu cat de bine va accepta , aproba si/sau va aprecia pe altii.

Aroganta si lingusirea vine din insecuritate. Nici una din ele nu este exemplu de umilinta. Respectul de sine produce o natura smerit (de invatator) care ne permite dragostea neconditionata. Umilinta cere o perspectiva de meticulozitate asupra noastra insine si a celorlalti si necesita sa ne valoram suficient pe noi insine astfel incat sa nu avem nevoie de validarea celorlalti. Indivizii siguri pe ei, apreciaza adevarul si oportunitatile de a corecta orice neintelegere.

Ii pretuim pe acei parinti, invatatori, prieteni si copii care ne-au invatat si initiat in indemanarea de a trai si in arta de a iubi. Ii pretuim pe cei care ne-au oferit numeroase oportunitati care sa ne permita sa ne construim o platforma puternica de lansare de la copilarie la maturitate. Ne iubim pe noi insine si totusi cautam mai departe provocarile vietii de a ne adanci abilitatile de a iubi.

Principiul 5

Punctele noastre tari trebuie impartasite cu altii pentru a ne aduce un beneficiu complet.

Dezvoltarea caracterului incepe cu DORINTA. Iar aceasta este expresia unei actiuni. Caracterul incepe cu ceea ce gandim si facem cand nimeni nu este in jurul nostru, dar adevaratul caracter trece dincolo de angajamentul personal. Caracterul dezvoltat complet se exprima inevitabil in daruirea de servicii altora. Poate incepe ca o batalie mentala si continua ca o cautare in exterior a mai multor cunostinte si intelegerii. Caracterul nu este ceea ce avem, nici ceea ce facem, ci este ceea ce suntem si determina vrednicia noastra. Personalitatea poate fi exprimata fara referire la ceilalti, caracterul va afecta la un moment dat vietile altora ca si pe a noastra. Cum ne exprimam dragostea, ceilalti ne privesc si invata din felul nostru.

Principiul 6

Totul are un pret. Oamenii de caracter aleg intelept si-si platesc datoriile.

"Curajul este pretul pe care-l platesti pentru pace". Orice miscare din partea unui individ va influenta intotdeauna pe ceilalti din jurul lui. Pretul pe care-l platim, bun sau rau, nu este doar al nostru, toti cei ce au legatura cu noi are de castigat sau de suferit de asemenea. Efectul caracterului nostru este asemanator cu efectul de unda creat de aruncarea unei pietre intr-un lac. Intensitatea efectului produs creste cu cat caracterul este mai puterinic. Suntem recompensati cand ne dedicam integritatii. O viata imprastiata da mesaje neclare si de mica intensitate, pentru ca ii lipseste un scop identificat.

Principiul 7

Increderea este vitala pentru o experienta umana pozitiva. Suntem cu totii interdependenti in grade diferite.

Cumva, noi ne percepem ca fiind agenti independenti si rareori recunoastem ca suntem in relatie cu ceilalti. Prin aprecierea propriei noastre contributii la umanitate si a acelor adaugari pozitive facute vietilor noastre, putem intelege valoarea principiului vietii cunoscut ca INTERDEPENDENTA.

Nu este suficient doar sa alegem interesul preferat. Ne angajam la un larg spectru de dezvoltare a caracterului, sau suferim consecintele unei vieti limitate. Vom gasi anumite domenii

usoare si usor de abordat, altele pot necesita asistenta unor persoane pe care le intalnim dea lungul vietii noastre. Cele mai cunoscute categorii de interdependenta sunt: social, intelectual, emotional, financiar, fizic si spiritual.

Procesul construirii caracterului incepe in interiorul nostru. Alegerea modelelor pozitive este crucial in dezvoltarea caracterului nostru de viata. Devenirea unui model sanatos este de asemenea esential succesului nostru personal. Puterea motivelor pure si principii sanatoase de viata este extraordinara. Putem sa ne stabilim telurile in viata si sa ne angajam unei vieti in conformitate cu acestea. Examinam motivele noastre pentru a ne comporta si gandi in acest fel. Acceptam si incurajam ce este mai bun in fiecare persoana intalnita. Suntem vii din punct de vedere emotional si spiritual. Suntem in alerta mentala si disciplinati fizic. Ne onoram angajamentele. Caracterul este unul din cele trei aspecte majore pe care trebuie sa le echilibram in vietile si relatiile noastre individuale, impreuna cu pasiunea si personalitatea.

PASIUNEA exprima sentimentele asupra carora nu avem control. Ele vin din adancimea subconstientului nostru. Pasiunea reflecta o neobisnuita de puternica conexiune a emotiilor, pare curat si neimpovarat, pare corect si bun.

CARACTERUL reprezinta atitudinile responsabile si comportamentul pe care le alegem pentru viata noastra. Lucrand pentru dezvoltarea unei vieti construita atat pe o personalitate pozitiva cat si pe dezvoltarea caracterului, experimentam mai multa pasiune.

PERSONALITATEA este stilul folosit sa ne prezentam gandurile si actiunile altor persoane.

Avantajele construirii caracterului

Caracterul defineste tipul de relatii pozitive sau negative pe care le facem cu noi insine sau cu ceilalti de-a lungul vietii. Se dezvolta de-a lungul anilor printr-un design personal si angajarea la principiile vietii. Odata stabilit nu poate fi modificat cu usurinta. Suntem mult mai puternici si mai valorosi cand adaugam la culoarea personalitatii innascute prin dezvoltarea celor mai bune trasaturi de caracter pe care le intalnim la ceilalti.

Caracterul ne permite sa identificam defectele naturii noastre umane. Ne dorim ca vietile noastre sa conteze, sa stie si altii ca am trait pentru un scop mai inalt decat ca ne-am multumit a supravietui. Acest sentiment poate aprea numai cu dezvoltarea caracterului. Personalitatea singura nu poate niciodata oferi un asa puternic sens al destinului.

ANEXE

Poslanescu Mihai
Anul III
Psihologie-Sociologie
Universitatea Hyperion

PAREREA MEA…

Nu mi-am putut încă forma o părere prea cuprinzătoare despre această lucrare deoarece nu am avut încă ocazia să o citesc în întregime astfel încât părerea mea este rezumată la acele fragmente pe care le cunosc.

În ceea ce priveşte fundamentarea teoretică a materialului aceasta mi s-a părut foarte neconvingătoare. Spre exemplu era menționat acolo că personalitatea ar fi înnăscută şi că astfel răspunsurile cele mai relevante pentru test ar fi cele bazate pe cele mai vechi amintiri din copilărie. Această afirmație mi se pare hazardată (având în vedere că singura parte înnăscută a personalității este temperamentul, şi nici acesta întru totul ci mai ales ca o predispoziție funcțională a creierului de a funcționa mai degrabă într-un anumit fel decât în altul). Îmi este foarte greu să cred că o persoană care nu a avut un părinte foarte cicălitor ar ajunge un albastru grijuliu şi anxios şi exemplele pot continua.

Pe de altă parte lucrarea mi se pare totuşi valoroasă pentru că ea se bazează de fapt pe observație. Astfel cunoscând în profunzime o gamă foarte largă de oameni mi se pare mult mai credibilă o clasificare a personalităților privită din această perspectivă. De ce 4 culori şi nu mai multe sau mai puține? Nu aş şti exact de ce autorul a ales această cifră însă se poate observa o similitudine față de clasificarea temperamentelor spre exemplu sangvin-rosu coleric-galben melancolic-albastru flegmatic-alb... încă o dată, nu ştiu care au fost exact motivele autorului făcând doar o presupunere. Pe de altă parte această presupunere este infirmată inclusiv de autor dând la un moment dat un exemplu despre doi galbeni, unul introvert, celălalt extravert... similitudinile fiind însă totuşi destul de mari.

Totuşi, pentru o teorie asupra personalității ce se apropie de a fi o nouă paradigmă, lucrarea oferă o fundamentare ştiințifică foarte "subțire" vis-a-vis de cele afirmate.

În ceea ce priveşte testul în sine (profilul de personalitate Hartman) acesta mi s-a părut foarte slab realizat din punct de vedere al structurii, nu există o gradație a temelor, indicii sunt puşi direct în chestionar (fără prelucrare) şi într-o ordine aparent aleatoare. Răspunsurile sunt precodificate însă nu respectă raportul între indici ce relevă calitățile unei culori şi slăbiciunile acelei culori. Una dintre cele mai mari probleme este legată după părerea mea de validitatea externă a testului, anume fiecărei culori i se atribuie o litera, astfel este foarte uşor de recunoscut un pattern al răspunsurilor iar înşelarea testului devine banală (fără să citesc interpretarea testului mi-au fost suficiente trei întrebări pentru a descoperi patternul), cu alte cuvinte instrumentul este util doar atâta timp cât subiectul este sincer atât față de anchetator cât şi față de sine, ceea ce reprezintă, necesită un subiect ideal ce nu prea se regăseşte şi în realitate. Din testele pe care le-am aplicat am observat că dacă subiectul are tendința să aleagă răspunsurile care să îl reprezinte aşa cum ar vrea el să fie (şi nu aşa cum este el în realitate) îi reuşeşte cu siguranță să încline semnificativ balanța răspunsurilor şi să-şi schimbe chiar culoarea dominantă (spre exemplu dacă unui subiect i-ar plăcea să fie văzut ca o persoană deschisă, curajoasă etc, el va ieşi mai mult ca sigur ca galben la test deşi personalitatea lui/ei nu se

încadrează mai deloc în descrierea galbenilor, sau spre exemplu un albastru care se crede respectat, pentru că datorită sensibilității sale exagerate nimeni nu-i spune adevărul în față şi care totodată datorită nesiguranței sale intrinseci vrea să se vadă ca o persoană puternică va ieşi mai mult ca sigur ca roşu la test). Întrebați ulterior cum se comportă în anumite situații, răspunsurile lor contraziceau clar răspunsurile date la test, iar întrebați despre această discrepanță ei au motivat că variantele din test se referau la altceva (spre exemplu una din întrebări era "cum reacționaează de obicei când este abuzat verbal", întrebare pusă într-un context extern testului. Deşi din test ar fi reieşit că este vorba de un roşu, care în mod natural ar fi răspuns cu aceeaşi monedă, subiectul povestea că de obicei ajunge să-i strice întreaga zi o astfel de afirmație şi că îi pare rău că nu are curajul să răspundă pe măsură în astfel de situații).

În ceea ce mă priveşte pot să spun că m-am regăsit în descrierea culorii reieşită în urma testului (anume alb). Ceea ce mi s-a părut ciudat a fost motivația de bază enunțată ca fiind a albilor şi anume pacea. Deşi există similitudini foarte mari între dorința de a evita conflictul (sau a nu suporta conflictul) şi ideea de pace, metafora mi se pare un pic trasă de păr, şi cu toate astea nu am regăsit niciodată în mine atitudinea împăciuitoare atribuită albului (cei drept nici opusul ei). Pur şi simplu lipsa de motivație de a mă implica în conflicte, sau de a porni conflicte fără rost (atribut al albilor în care m-am regăsit pe deplin). Cu toate acestea în cazul în care m-am regăsit într-o situație de conflict am observat că reacționez mai degrabă ca un roşu decât ca un alb, aceste răspunsuri fiind câteva din cele care mi-au dat un punctaj de roşu. Totuşi culoarea alb a reieşit din test cu o pondere de aproape 70%. Să fie un alb în proporție de 70% lipsit de motivația de bază a albului? Cum rămâne cu pulsiunile agresive? Cum poate fi în general o persoană motivată printre altele de pulsiuni agresive să fie în acelaşi timp motivată de pace?

Ceea ce mi s-a părut deosebit de important la această lucrare este valoarea predictivă a rezultatelor. Din păcate această parte este acompaniată de mulți dacă şi anume: "dacă se reuşeşte pe baza testului o încadrare corectă a unui subiect într-una din culori" ; "dacă acele motivații de bază ale fiecărei culori sunt atât de universale pe cât susține autorul" ; "dacă se pot stabili pe baza combinării culorii dominante şi a celei(celor) codominante un profil al personalității care să fie la fel de clar ca cel al culorilor pure – aici nu mă pot pronunța pentru că nu ştiu dacă aceste combinații sunt descrise pe larg în altă parte a lucrării"... Deci dacă toate aceste "dacă-uri" sunt îndeplinite atunci valoarea predictivă a acestei teorii este extraordinară. Cunoaşterea motivațiilor de bază ale unei persoane doar pe baza încadrării într-o taxonomie sau alta permite o predicție a comportamentului excepțională.

Rezumând toate cele de mai sus pot spune că îmi păstrez o poziție rezervată față de această lucrare. Date fiind şi lacunele din cunoştințele mele despre lucrare nu pot să mă exprim nici pro nici contra, nu pot nici să laud nici să blamez teoria per ansamblu ci doar bucățelele pe care le-am analizat.

Petrache (Peristeri) Daniela
Anul III
Psihologie-Sociologie
Universitatea Hyperion

CUM VAD EU…

Nu sunt psihoterapeut, nu sunt nici macar psiholog, asa ca nu am « puterea » nici de a combate vehement o autoritate in materie (si aici ma refer la autorul cartii), nici de a-i da dreptate total. Tot ce voi spune se bazeaza numai pe acest „Profil de personalitate Hartman" aplicat pe doar patru persoane: eu, sotul meu si doi prieteni, sot si sotie.

Mie personal mi-a placut chestionarul. Este simplu, usor de aplicat si usor de inteles, se rezolva rapid (nu pune probleme de plictiseala sau de rezistenta la testare) si, in general, oamenii l-au placut.

Nu cred ca se pune problema de fidelitate si de validitate a testului, pentru ca este destul de comercial si nu incearca sa intre in fatetele personalitatii, asa ca nu am avut pretentia sa stiu pe ce se bazeaza interpretarile date (probabil pe experienta si pe cazuistica autorului). Tinand cont ca este adresat nespecialistilor (autorul chiar spune ca de fapt este facut pentru autotestare, in vederea autocunoasterii, nu pentru a se pune un psihodiagnostic), nu vad de ce ar raspunde cineva altfel decat la modul cel mai cinstit cu putinta.

Mi-am rugat asadar sotul si cei doi prieteni, veniti la noi la „un pahar de vorba", sa ma ajute cu o tema pentru scoala: un chestionar de personalitate pe care trebuia sa-l aplic pe cateva persoane. I-am rugat sa-mi raspunda cinstit, fara teribilisme, pentru ca e important pentru mine. Trebuie sa spun ca noi ne cunostem bine, de mult timp, am trecut prin multe impreuna, sunt si ei studenti „tomnatici" si stiu exact ce inseamna un proiect pentru un curs la facultate, asa ca au sarit cu tot sufletul sa ma ajute. Dornici sa se cunoasca prin metode stiintifice, au facut testul si au asteptat rezultatul. Desi au iesit amandoi ca fiind Rosu principal (foarte autoritari), au fost de acord ca li se potriveste foarte bine.

Intr-adevar, ea este Rosu principal cu Albastru secundar. Ca scoruri, a obtinut 19 puncte la Rosu, 15 la Albastru, 7 la Alb si 3 la Galben. Munca este foarte importanta pentru ea. Este o femeie cu cariera (are o firma pe care o conduce cu o mana de fier), isi face si treburile de gospodina perfecta (desi putea sa cumpere mare parte din ceea ce a gatit de Craciun, ea a preferat sa le pregateasca cu mana ei), face si Facultatea de Studii Economice la „Fara frecvanta", dar a uitat sa se joace. Nu pot sa spun ca este rigida, dar pur si simplu nu mai gaseste timp pentru a se distra. In plus, daca Rosu o ajuta sa-si conduca astfel viata, Albastru ii da bunul simt de a nu „calca pe cadavre" in afaceri. E adevarat ca , atunci cand este obosita sau nervoasa partea ei de Albastru nu mai are nici o sansa (e ca o furtuna!), dar apoi regreta si incearca sa repare ce a stricat. Din punctul meu de vedere, asa cum o cunosc eu de atatia ani, „Profilul de Personalitate Hartman" a scos o „fotografie" foarte fina a personalitatii ei.

Sotul ei e tot un Rosu, dar restul culorilor au o pondere echilibrata: 18 puncte Rosu, 9 puncte Albastru, 8 puncte Alb si 9 puncte Galben. Rosu domina intr-adevar personalitatea lui: e impulsiv, autoritar, cu gura mare chiar si cand stie ca s-ar putea sa ai dreptate, dar odata ce s-a convins ca greseste, recunoste cinstit. E un amalgam foarte interesant, pentru ca intr-adevar am recunoscut in el procentele din celelalte culori: a fost militar de cariera (asa cum ii sta bine unui Rosu), dar este un pacifist convins si stie extraordinar de bine cum sa stinga conflictele cand situatia devine prea aprinsa. In plus, are momente cand este un Galben perfect, cand lasa totul balta, isi ia familia pe sus si pleaca la mare pentru un week-end,

lasand toate grijile in Bucuresti. Tin forte mult la ei amandoi, pentru ca mi se par oameni autentici, reali, fara falsuri, pe care te poti baza oricand.

Sotul meu este Galben, dar are si el influente din toate celelalte trei culori: are 16 puncte la Galben, 9 la Rosu, si cate 10 la Alb si Albastru. Stiam ca este un Galben, pentru ca are o mare dorinta de a transforma orice activitate in joaca: pentru el stresul unui examen este constructiv („simti ca traiesti"), orice problema se rezolva mai devreme sau mai tarziu, se joaca si la servici (fiind antrenor de arte martiale, trebuie sa se joace-zice el, si se joaca si cu copiii, si cu adultii!), pana si ziua de maine ii aduce precis ceva de joaca! Dar, pe de alta parte, are seriozitatea unui Alb, e cinstit si loial ca prieten, nu poate sta fara prieteni (avem in permanenta prieteni pe langa noi) ca orice Albastru, si, tot prin natura serviciului, e si Rosu, pentru ca este o autoritate la antrenament (lucru care ii si place, de altfel, nu e o corvoada pentru el!). Este, ca si prietenul nostru, un tip complex si amuzant, cu care poti sa imbatranesti fara sa te plictisesti vreo clipa.

Va intrebati ce sunt eu. Cei care au citit cartea si-au dat seama deja ca sunt Albastru, dar am si un pic de Galben: 26 puncte Albastru, 10 Galben, 6 Rosu si 2 Alb. Asa cum ma cunosc eu, cred ca testul cam are dreptate: sunt cu morala si dreptatea tot timpul in brate, nu pot sa insel sau sa mint cu buna stiinta, am multi prieteni si sunt o mama mult prea grijulie, oricat as incerca eu sa ma controlez. Pe de alta parte, bucata mea de Galben ma ajuta sa stiu sa ma relaxez, dar numai dupa ce mi-am indeplinit tot ce mi-am propus. Cu toate acestea, nu consider o nenorocire daca ies din „schema", daca las totul balta si plec la niste prieteni care au nevoie de mine. Niciodata insa nu sunt in stare sa deranjez pe cineva doar pentru ca am eu vreo problema, care oricum imi va trece in cateva zile. Pe scurt, ma recunosc si-mi recunosc si limitele, le stiu si ma lupt cu ele. Castigam pe rand, cand eu, cand ele, dar am noroc sa fie un Galben langa mine care sa ma oblige sa le mai opresc din cand in cand.

Ati observat probabil ca nu am vorbit de limitele celorlalti. Cred ca nu ma intereseaza, pentru ca iubesc oamenii si imi place sa-i am aproape, nu sa-i resping sau sa-i distrug. In schimb, pe mine vreau sa ma cunosc pentru ca sa ma pot imbunatati, sa pot sa fiu impacata cu mine, pentru ca eu consider ca un om impacat cu el insusi este un om castigat. Recunoasteti Albastrul din mine, nu-i asa?

In concluzie, sunt convinsa ca vor fi atatea pareri despre acest test cate combinatii de culori sunt pe lume. In plus, cred ca aici intervine si experienta de viata a celui care aplica testul (de experienta profesionala nu putem vorbi, suntem studenti cu totii!). Ce stiu eu sigur este ca in psihologie nimic nu e batut in cuie. Daca un curent spune ca personalitatea se definitiveaza dupa 18 ani, iar altul ca personalitatea e innascuta, ca viitori psihologi ar trebui sa fim deschisi, sa incercam sa prindem partea buna din toate teoriile si s-o adoptam pe cea care se potriveste cel mai bine cu structura noastra interna (care poate fi si un „mixtum compositum", din toate, de ce nu?). Poate gresesc, poate altii ma vor contrazice, dar asta e parerea mea si, cel putin deocamdata, nimeni nu ma poate face sa mi-o schimb.

Tudor (Grigore) Nicoleta
Anul III
Psihologie-Sociologie
Universitatea Hyperion

OBSERVATII IN URMA APLICARII CHESTIONARULUI HARTMAN, PENTRU AFLAREA PERSONALITATII

G.F., sex masculin, varsta 33 ani

In urma aplicarii chestionarului a reiesit ca G.F. are o personalitate de culoare rosie (24 puncte), culoarea adiacenta fiind albastru (12 puncte).

Acestui „rosu" ii place sa munceasca foarte mult, este aproape dependent de munca, cu conditia sa faca numai ce ii place. Este un tip foarte calculat, care incearca mereu sa se impuna ca atotcunoscator. Nu este sensibil la sentimentele altora, decat daca acestea conicid cu cele personale si se asteapta sa se aleaga cu ceva din orice relatie.

Ca si parinte nu are rabdare sa se joace sau sa dea explicatii copilului, are pretentii prea mari, necajeste copilul cand acesta a gresit.

Marile lui calitati sunt gandirea logica, disciplinat, ordonat, isi sustine punctul de vedere in orice situatie in fata oricui, foarte increzator in fortele proprii, spune intotdeauna ce gandeste, dar de multe ori aceasta calitate ia valori negative pentru ca reuseste se imbrace mesajul pe care vrea sa-l transmita intr-o forma mai putin deranjanta.

De la „albastru" G.F. a imprumutat nevoia de a fi ascultat si mai ales apreciat, nevoia de a fi iubit, fara sa fie conditionat sa intoarca aceasta iubire.

G.N., sex feminin, varsta 29 ani

Chestionarul a evidentiat o personalitate de culoare albastra (30 puncte), culoarea adiacenta fiind alb (11 puncte).

„Albastru" in proportie de 78%, aceasta personalitate este condusa de altruism si de o constiinta morala foarte puternica.

Plecand de la lipsa de incredere in propria persoana acest „albastru" are nevoie sa fie ascultat, sa fie inteles si apreciat de catre ceilalti, chiar si de propriul copil, cu care are o relatie foarte deschisa bazata pe comunicare si interes reciproc in activitatile fiecaruia.

Apreciaza mai degraba lucrurile marunte facute cu suflet, decat lucrurile marete facute doar de dragul de a fi facute. Ii place foarte mult sa ofere cadouri numai pentru a vedea fericirea pe fata unei persoane, este corecta si respectabila, ii place sa fie buna.

O personalitate caracterizata de organizare in orice plan, care face compromisuri, de cele mai multe ori in defavoarea personala si care a imprumutat de la „alb" nevoia de bunatate, (nu ii plac cuvintele urate, nu ii place sa fie certat), nevoia de a trece nevazut (ii place sa i se ceara parerea , dar nu se ofera voluntar).

B.C., sex feminin, varsta 41 ani

B.C. are o personalitate de culoare alba (21 puncte), iar culoarea adiacenta este albastru (16 puncte).

Aceasta personalitate alba are nevoie de bunatate, cand este tratata urat se incapataneaza intr-o tacere puternica. Este motivata de blandete, de sentimente de pace, nu intelege de ce unii oameni sunt rai. Ii place sa fie independenta, refuza conducerea cuiva, mai ales cand se simte tratata fara respect, dar cand isi vede amenintata relatia intima devine tacuta, retrasa,isi reprima furia pana cand ,la un moment dat, va exploda de la un fapt banal.

Plecand de la nevoia de a fi inteleasa, nevoia de a fi apreciata (imprumutate de la „albastru") aceasta personalitate, careia ii place sa treaca nevazuta, se simte motivata de recomandarile, sugestiile altora.

Capacitatea de a face compromisuri doar de dragul mentierii „pacii", nevoia de prietenie il transforma uneori pe acest alb intr-o persoana permisiva, usor de pacalit (mai ales in relatia cu copilul).

P.M., sex feminin, varsta 28 ani

In urma interpretarii rezultatelor chestionarului a reiesit ca P.M. are o personalitate albastra (22 puncte),cu o culoare adiacenta rosu (16 puncte).

Ca si celelalte personalitati albastre si aceasta este motivata de altruism, de nevoia de prietenie, de intelegere, de apreciere. Moralitatea, respectul fata de cei din jur sunt calitati pe care incearca sa le transmita si copilului, cu care are o relatie sensibila si critica in acelasi timp.

Este o persoana ambitioasa, directa, responsabila, investeste foarte mult in sentimentele sale, dar atunci cand se actioneaza impotriva ei stie sa raspunda cu aceeasi moneda, ajutandu-se de capacitatea de a gandi logic, articulat chiar si in situatii stresante (vezi personalitatea rosie).

Tot de la personalitatea rosie a imprumutat tendinta catre productivitate, dorinta de a-i fi apreciata puterea.

Analiza: culoare personala versus culoare tradusa „rosu"

In urma aplicarii chestionarul Hartman a reiesit ca personalitatea mea este de culoare predominant albastra, culoarea adiacenta fiind alb. Pentru a putea face o analiza pe aceasta tema voi folosi ca baza calitatile si limitele personalitatilor „rosii" descrise de autor la sfarsitul capitolului V.

Astfel, ca si individ sunt dinamica, plina de resurse, tind catre independenta, creativa in situatii de criza, dar nu sunt facuta dintr-un material bun pentru a conduce, gandirea mea nu se bazeaza intotdeauna pe logica, ci mai mult pe sentimente, nu ma pot relaxa decat dupa ce mi-am indeplinit sarcinile propuse, ma gandesc intai la altii si apoi la propriile nevoi, accept cu asurinta ca si eu pot gresi.

Ca si parinte si partener de viata promovez comunicarea, coeziunea in familie, activitati comune cu cele ale copilului, incerc sa fiu lider in casa (ma lovesc de personalitatea rosie a sotului meu),dar de cele mai multe ori reusesc, sunt atenta la problemele si sentimentele celor din jur, in caz de esec sustin si imi place se fiu sustinuta.

Ca si prieten sunt sensibila la nevoile altora, bun ascultator, incerc sa nu deranjez, promovez diminuarea conflictelor in cadrul grupului, activa in situatii de urgenta, consider ca este important sa fi placut, acceptat, si atunci fac compromisuri, vreau sa cred ca nu sunt plictisitoare.

Ca si persoana de cariera nu imi place sa conduc, nu sunt autoritara, dar sunt loiala, sunt un bun organizator, daca trebuie neaparat sa critic o fac intr-o maniera politicoasa, iau decizii dupa o analiza amanuntita, tinand cont si de parerile celorlalti, din pacate sunt usor de descurajat si fac compromisuri uneori in defavoarea mea, doar ca sa nu ii supar pe ceilalti.

In concluzie asa arata, in linii mari, personalitatea mea, mult diferita de cea rosie (descrisa in materialul tradus), dar cum printre calitatile celor „albastri" se numara altruismul, compromisul, prietenia,

intelegerea sunt sigura ca pot gasi o cale, sau macar o potecuta, pe care sa pot merge catre inimile celor „rosii".

Maria Ardelea
Anul III
Psihologie-Sociologie
Universitatea Hyperion

Studiu de caz 1

Cum se intampla de obicei primul testat am fost chiar eu. Ca rezultat am avut un scor de 17 puncte pentru "rosu", 11 puncte pentru "albastru", 1 punct pentru "alb" si 16 puncte pentru "galben".

Este interesant de observat natura acestor puncte si cum au fost ele distribuite de-a lungul testului avand in vedere ca la jumatatea lui am avut 10 puncte pentru "rosu", 7 puncte pentru "albastru", 1 punct pentru "alb" si 12 puncte pentru "galben". M-am situat totusi in niste valori destul de apropiate ale culorilor cu exceptia "albului". Culoarea dominanta nu pot sti cu siguranta care este pentru ca valorile "rosului" si al "galbenului" sunt aproape aceleasi, "albastrul" fiind si el semnificativ, la o distanta relativ mica.

Avand reprezintarile fiecarei culori: rosu avand drept motivatie primara puterea, albastrul – intimitatea, albul – pacea si galbenul – distractia, le putem combina si putem descoperi carei parti apartinem fiecare. Ca si culori principale eu am avut rosul si galbenul, o combinatie destul de ciudata, puterea si distractia. La o prima vedere s-ar putea spune ca cele doua sunt antagonice, dar putem afla ca ele se completeaza foarte bine. Luandu-ma pe mine drept exemplu am putut observa pe masura ce citeam caracteristicile personalitatii mele conturandu-se cu cate putin din fiecare culoare, mai putin din cea a albului. Astfel am citit ca alaturarea culorilor rosu si galben fac din persoana proprietara un bun lider, influentat de rosu, ce iti directioneaza viata cu dinamism si galbenul ce ofera charisma si atractie a celorlalti pentru tine.

Pot sa spun ca dintre cele trei culori m-a atras intotdeauna rosul din punctul de vedere al motivului primar – puterea. De mic copil mi-am dorit sa fiu lider. De mic copil stiam sa organizez, sa conduc, sa faca toata lumea lucrurile pe care eu mi le doream. In acelasi timp nu pot sa nu observ ca eram prietena cu toata lumea, ca sunt o vorbareata, ca imi place sa ma joc, chiar si acum, dar ca mi-a placut sa fiu dreapta si mi-am dorit sa fac bine in lume, ultimele calitati apartinand culorii galbene si respectiv albastre. Mi-a placut sa descopar in aceasta carte lucrurile cunoscute si recunoscute de-a lungul vremii. In acelasi timp am observat cu ususinta, cu mintea de acum, si defectele si limitele mele. Este adevarat ca-mi place sa conduc, dar in acelasi timp si vreau ca lucrurile sa se faca dupa bunul meu plac, imi place sa fiu prietena cu toata lumea, dar nici nu recunosc ca as avea vreo vina vreodata in ceva, imi place sa fac bine, sa simt, sa ma emotionez, dar am si reguli stricte pe care nu as vrea sa le demonteze cineva. Si astfel cumulul calitatilor si defectelor dezvolta prin prisma celor trei culori.

Trebuie sa recunosc ca imi este si foarte greu sa fiu impartiala in ceea ce ma priveste, sa incerc cu obiectivitate sa-mi recunosc limitele, dar pot spune cu siguranta ca a fost foarte interesant sa vad cu ochii mei ca ceea ce mama si tata imi spuneau mai demult, sau alte persoane cunoscute mie, aveau un sambure de adevar, desi eu nu vroiam sa observ sau sa cunosc acest lucru la momentul respectiv.

Intotdeauna am fost o fire vesela si jucausa, intodeauna m-am comportat la o varsta mai mica decat varsta mea reala. Intotdeauna mi-a placut sa distrez oamenii, iar ei sa ma priveasca cu admiratie, dar este adevarat ca si am inceput o gramada de proiecte, din care, cu parere de rau, putine am terminat, iar cele mai multe la varsta de acum, cand imi asum responsabilitatile intr-o alta maniera. In acelasi timp imi place actiunea, imi doresc sa fac ceva in fiecare moment, am planuri, ganduri, vise, de toate si pentru toti, cum se

spune. Mi-as dori sa fiu mai constincioasa si mai organizata in multe din situatii, dar si dezordinea mea este de bun augur cateodata.

Gasesc ca descrierea din codul culorilor mi se potriveste de minune, astfel ca m-a impins curiozitatea sa mai iau inca un caz si sa observ daca si acestuia i se potriveste.

Al doilea caz

Dl. C

Dupa testare scorul arata in felul urmator: 26 de puncte pentru "rosu", 9 puncte pentru "albastru", 4 puncte pentru "alb" si 5 puncte pentru "galben". Astfel indoiala nici nu a existat, cu un punctaj covarsitor pentru rosu si cu ceva influente de albastru.

Subiectului testat i s-a citit apoi interpretarea si am fost foarte surprinsa cum comportamentul sau se adeverea chiar si in clipa respectiva culorii predominante din personalitatea sa. Se impotrivea cu sirguinta sa imi arate contrariul, nega cu vehementa anumite pasaje, pana cand a hotarat sa nu se mai impotriveasca si sa accepte ca suntem singuri, iar eu nu o sa public materialul pe undeva, putand astfel sa fie in siguranta.

Dupa mine rosu i s-a potrivit de minune. Nici ca se putea sa fie mai concludent decat atat, iar asemanarea este covarsitoare. Este o persoana putin empatica spre deloc, orientata spre putere in defavoarea intimitatii si relatiilor sociale, este un tip direct si orientat spre scop, este genul de solutie a tuturor problemelor, destul de dur in exprimare si comportament. Este un tip impozant, intimidant, egoist si egocentric, dar puternic orientat spre viitor. Urmeaza motto-ul : "condu, urmeaza sau da-te la o parte", ce parca a fost scris pentru el in mod special.

Cu toate astea se poate observa nesiguranta ce se ascunde in spatele acestui zid protector si care-l tradeaza din toate unghiurile. Tocmai nesiguranta asta il face vulnerabil in fata acelora ce cunosc personalitatea sa si stiu sa sape dincolo de zidul protector si sa observe in el calitatile (vorbesc acum ca un adevarat Galben ce vede numai calitatile oamenilor).

Usurinta cu care se inscrie in acest grup al culorii Rosii ma uimeste foarte mult. De fapt, era previzibil inca de la inceput ca se va inscrie in acest grup. Trasaturile sale sunt prea evidente ca sa poata fi mascate.

Complexitatea fenomenului totusi rezida in simplitatea abordarii sale, in usurinta cu care descoperi indicii ale culorii si personalitatii tale. Este eficient ca orientare si ghidare in cunoasterea cat mai buna a personalitatii tale, a talentului, inteligentei si capacitatilor proprii, dar si a defectelor si modului de abordare a celorlalti din jurul tau.

PROFILUL DE PERSONALITATE HARTMAN

Ai aici cateva sugestii care te vor ajuta in completarea profilului:

1. Daca nu este specificat altceva, raspunde fiecarei intrebari din cea mai veche amintire pe care o ai de cand erai copil. De vreme ce personalitate e innascuta si vine odata cu sufletul, aceasta va oferi o perspectiva mai fina despre cum te-ai nascut versus ceea ce ai devenit.
2. In primul rand marcheaza alegerile care ti se par mai usoare. Treci peste cele pe care le consideri dificile, dar intorce-te la ele mai tarziu.
3.Nu ezita sa-i intrebi pe ceilalti pentru a avea feed-back-mai ales pe cei care nu sunt de acord cu tine. Opiniile lor te pot ajuta sa cantaresti calitatile proprii.
4. Straduieste-te sa alegi raspunsurile care sunt de cele mai multe ori tipice pentru gandurile si/sau actiunile tale. Subconstient, s-ar putea sa vrei sa eviti identificarea -sau confruntarea- cu adevaratul EU, dar alunga acest gand. Recompensele posibile pentru onestitate sunt prea mari.
Acum, bucura-te de profil. Esti pe cale sa determini care este culoarea ta cu adevarat.
5. Unii vor incerca sa caute cai de a „bate" profilul si sa caute de fapt paternuri pentru a interpreta profilul. Altii pot percepe designul profilului ca fiind supersimplificant. Sper sa nu va lasati pacaliti de acestea. Profilul a fost folosit cu succes pe sute de mii de persoane, timp de peste zece ani pentru a produce revelatii sigure. Rezultatele mi-au intarit increderea ca onestitatea ta si simplitatea profilului sunt o echipa greu de batut.

Indicatii: Marcheaza cu un X cuvantul sau fraza care descrie cel mai bine cum esti in cea mai mare parte a timpului. Alege un singur raspuns din fiecare grup. Dupa terminarea celor 30 de intrebari, totalizeaza scorul pentru fiecare litera.

CALITATILE SI LIMITELE PERSONALITATII

1. a)_ voluntar
b)_ mângâietor
c)_inventiv
d)_ prietenos şi încrezător

2. a)_orientat spre putere
b)_perfectionist
c)_indecis
d)_centrat pe sine

3. a)_dominant
b)_ înțelegător
c)_tolerant
d)_entuziast

4. a)_ independent
b)_suspicios
c)_nesigur
d)_naiv

5. a)_ hotărât
b)_loial
c)_multumit
d)_jucaus

6. a)_arogant
b)_inclinat spre ingrijorare
c)_incapatanat si tacut
d)_ capricios

7. a)_asertiv
b)_de incredere

8. a)_autoritar
b)_autocritic

c)_ amabil
d)_sociabil

c)_indaratnic
d)_tachinator

9. a)_orientat spre actiune
b)_analitic
c)_delasator
d)_fara griji

10. a)_ii critica pe altii
b)_prea sensibil
c)_timid
d)_nesuferit

11. a)_ferm
b)_tipicar
c)_un bun ascultator
d)_ petrecaret

12. a)_care cere
b)_de neuitat
c)_nemotivat
d)_vanitos

13. a)_responsabil
b)_idealist
c)_atent
d)_vesel

14. a)_nelinistit
b)_cu toane
c)_pasiv
d)_impulsiv

15. a)_cu o vointa puternica
b)_respectos
c)_rabdator
d)_iubitor de distractii

16. a)_certaret
b)_nerealist
c)_dezorientat
d)_intervine neintrebat

17. a)_independent
b)_de incredere
c)_instabil
d)_increzator

18. a)_agresiv
b)_frecvent depresiv
c)_ambivalent
d)_iertator

19. a)_puternic
b)_chibzuit
c)_bland
d)_optimist

20. a)_insensibil
b)_rational
c)_plictisitor
d)_indisciplinat

21. a)_logic
b)_emotiv
c)_agreabil
d)_popular

22. a)_are intotdeauna dreptate
b)_inclinat spre invinovatire
c)_neentuziast
d)_nu-si asuma obligatiile

23. a)_pragmatic
b)_cu bun simt
c)_tolerant
d)_spontan

24. a)_nemilos
b)_ganditor
c)_deschis
d)_care face pe grozavul

25. a)_orientat spre sarcina
b)_sincer
c)_diplomat
d)_vioi

26. a)_fara tact
b)_greu de multumit
c)_lenes
d)_neorganizat

27. a)_direct
b)_creativ

28. a)_calculat
b)_multumit de sine

c)_adaptabil
d)_un performer

c)_nemultumit de sine
d)_dezorganizat

29. a)_increzator
b)_disciplinat
c)_placut
d)_carismatic

30. a)_care intimideaza
b)_grijuliu
c)_neproductiv
d)_cu frica de a infrunta situatiile

Totalul calitatilor si limitelor
_____Total de raspunsuri a)
_____Total de raspunsuri b)
_____Total de raspunsuri c)
_____Total de raspunsuri d)

Introduceti totalurile dvs in spatiile corespunzatoare. Hai sa vedem acum daca raspunzi si la urmatoarele situatii la fel cum ai raspuns la grupurile de cuvinte descriptive. Inca o data, alege doar un singur raspuns si scrie totalul pentru fiecare litera la sfarsitul sectiunii.

SITUATII

31. Daca eu candidez pentru un post, un angajator ar trebui sa ma angajeze in primul rand pentru ca sunt:
a. ambițios, direct şi de încredere.
b. chibzuit, exact si de nădejde.
c. răbdător, adaptabil si cu tact.
d. pus pe şotii, spiritual şi calm.

32. Cand ma implic intr-o relatie intima, daca ma simt amenintat de partener:
a. Raspund cu aceeasi moneda, cu fapte si furie.
b. Plang, ma simt ranit si planuiesc razbunarea.
c. Devin tacut, ma retrag si de cele mai multe ori tin in mine furia pana explodez de la un fapt banal mai tarziu.
d. Ma distantez si evit un conflict viitor.

33. Pentru mine viata are mai mult sens cand:
a. Este orientata spre un scop si este productiva.
b. Este plina de oameni si de scopuri.
c. Este fara stresuri si fara presiuni.
d. Imi permite sa fiu jucaus, optimist si cu sufletul usor.

34. Ca si copil am fost:
a. Incapatanat, stralucitor si/sau agresiv.
b. Bine crescut, grijuliu si/sau depresiv.
c. Tacut, placut si/sau timid.
d. Prea vorbaret, fericit si/sau jucaus.

35. Adult fiind, sunt:

a. voluntar, ferm, şi/sau autoritar.
b. responsabil, cinstit, şi/sau neiertător.
c. tolerant, mulțumit şi/sau motivat.
d. charismatic, pozitiv şi/sau antipatic

36. Ca parinte, sunt:
a. Autoritar, ma enervez usor si/sau nu fac compromisuri.
b. Ingrijorat, sensibil si/sau critic.
c. Permisiv, usor de pacalit si/sau deseori depasit de situatie.
d. Jucaus, nepasator si/sau iresponsabil.

37. Intr-o cearta cu un prieten, de cele mai multe ori :
a. Imi sustin cu incapatanare vorbele cu fapte.
b. Sunt preocupat de sentimentele si principiile celorlalti.
c. Sunt incremenit in tacere, ma simt prost si/sau confuz.
d. Sunt zgomotos, ma simt prost si/sau fac un compromis.

38. Daca am un prieten in necaz, sunt:
a. Protector, plin de resurse si recomand solutii.
b. Ingrijorat, empatic si loial indiferent de problema.
c. Saritor, rabdator si un bun ascultator.
d. Optimist, nu emit judecati si minimalizez importanta problemei.

39. Cand am de luat o decizie, sunt:
a. Insistent, articulat si logic.
b. Precis, precaut si judec problema pe toate fetele.
c. Indecis, timid si sovaielnic.
d. Impulsiv, neangajat si inconstant.

40. Cand gresesc, ma simt:
a. Autocritic in interior, dar incapatanat verbal si defensiv.
b. Vinovat, autocritic si vulnerabil la depresie –starui asupra esecului, îl analizez.
c. Nelinistit si plin de frica, dar tin totul pentru mine.
d. Jenat si nervos –caut sa scap de situatie.

41. Daca cineva ma inseala:
a. Sunt suparat si planuiesc cu viclenie cai de a i-o plati.
b. Ma simt ranit adanc si nu pot uita niciodata complet. In general nu-i de-ajuns doar sa i-o platesc.
c. Sufar in tacere si planuiesc sa i-o platesc sau/si sa evit total acea persoana.
d. Vreau sa evit confruntarea, nu consider situatia destul de importanta ca sa ma supar si/sau caut alti prieteni.

42. Munca este:
a. Cel mai productiv mod de a-si petrece cineva timpul.
b. O activitate sanatoasa care ar trebui facuta bine, daca tot o faci. Munca ar trebui facuta inainte de a te juca.
c. O activitate pozitiva atat timp cat iti place si nu te simti presat s-o indeplinesti.
d. Un rau necesar, mult mai putin importanta decat joaca.

43. In situatii sociale, sunt mai degraba:
   a. Temut de ceilalti.
   b. Admirat de ceilalti.
   c. Protejat de ceilalti.
   d. Invidiat de ceilalti.

44. Intr-o relatie, sunt mai preocupat sa fiu:
   a. Inteles bine si aprobat.
   b. Inteles, apreciat si apropiat.
   c. Respectat, vazut ca tolerant si impaciuitor.
   d. Laudat, sa ma distrez si sa ma simt liber.

45. Pentru a ma simti viu si pozitiv, caut:
   a. Aventura, sa fiu sef si sa am multa actiune.
   b. Securitate, creativitate si sens.
   c. Acceptare si siguranta.
   d. Bucurie, noi moduri de a ma juca si compania altora.

Totalurile Situatiilor:
______Total raspunsuri a)
______Total raspunsuri b)
______Total raspunsuri c)
______Total raspunsuri d)

Acum adunati totalurile obtinute la intrebarile 1-30 cu totalurile obtinute la intrebarile 31-45 pentru a obtine un total general. Cele 4 tipuri de culori corespunzatoare personalitatilor sunt stabilite pentru fiecare litera astfel: Rosu pentru a), Albastru pentru b), Alb pentru c) si Galben pentru d).

Total general
Rosu (a)__________
Albastru (b)_______
Alb (c)___________
Galben (d)________

INTERPRETAREA SCORURILOR

Litera cu totalul cel mai mare reflecta personalitatea ta naturala. Numarul de raspunsuri din mai multe coloane sugereaza insemnatatea amestecului pe care-l reprezinta personalitatea ta. Ai o singura personalitate de baza, dar poti fi un amestec puternic (comportamental) a doua personalitati, depinde de raspunsurile tale. Oricum, motivatia (nu comportamentul) determina personalitatea primara (vom vedea in Capitolul 3).

Daca totalurile de la sectiunea de alegere de cuvinte nu concorda cu totalurile de la sectiunea de situatii, vei gasi lamuriri in capitolele urmatoare despre multele culori si motivele lor.